

Virgiliu Gheorghe

pornografia

maladia secolului XXI



Asociația pentru Apărarea
Familiei și Copilului

Virgiliu Gheorghe

Pornografia
maladia secolului XXI

De același autor:

Efectele televiziunii asupra minții umane, (Prodromos, 2006)

Revrăjirea lumii (Prodromos, 2007)

Știința și războiul sfârșitului lumii (Prodromos, 2008)

Efectele micului ecran asupra minții copilului (Asociația pentru apărarea familiei și copilului, 2008)

Virgiliu Gheorghe

Pornografia

maladia secolului XXI

prefață de Prof. dr. Restian Adrian
Membru al Academiei de Științe Medicale
din România

Editura Prodromos
Asociația pentru apărarea familiei și copilului

Referenți științifici:

Prof. univ. dr. Ilie Bădescu,
directorul Institutului de Sociologie al Academiei Române

Prof. univ. dr. Pavel Chirilă,
doctor în științe medicale, directorul Centrului Medical Naturalia

© Editura Prodromos, 2011

Pentru comenzi:

Asociația pentru apărarea familiei și copilului

tel/fax: 021 312 61 38

0741 933 264 / 0733 319 609

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

GHEORGHE, VIRGILIU

Pornografia, maladia secolului XXI/ Virgiliu Gheorghe. – București:
Prodromos – 2011

ISBN 973-87900-1-2-6

ISBN 978 973-87900-8-7

Prefață

Cunoscut pentru lucrările sale privind efectele televiziunii asupra minții și vieții omului contemporan, Virgiliu Gheorghe se ocupă în acest volum de pornografia care inundă societatea contemporană. Cele două fenomene ale lumii postmoderne în care trăim sunt legate între ele, nu numai pentru că televiziunea promovează multă pornografie, ci și pentru că atât televiziunea, cât și pornografia apelează la imagine.

Imaginea joacă un rol extrem de important în viața omului. Peste 90% din informațiile pe care le primește creierul sosesc prin intermediul vederii și mai mult de jumătate din activitatea creierului este consacrată prelucrării semnalelor vizuale. Imaginea face cât o mie de cuvinte. De aceea cei care vor să influențeze masele apelează tot mai des la imagine.

Majoritatea instituțiilor și majoritatea oamenilor caută astăzi să-și promoveze o imagine cât mai bună, chiar dacă ea nu corespunde realității. Imaginea reprezintă cel mai simplu mijloc de manipulare, iar pornografia, după cum se dovedește, face și ea parte dintre aceste mijloace de manipulare, susținută fiind de sumele fabuloase pe care le vehiculează.

Faptul că revistele pornografice se vând, faptul că site-urile pornografice de pe internet sunt accesate de foarte mulți vizitatori, faptul că filmele pornografice sunt vizionate de foarte mulți oameni, faptul că televiziunile care emit programe pornografice au un rating foarte mare, ne-ar putea face să credem că nu numai în mediul extern,

ci și în capul oamenilor există un mic demon care de abia așteaptă să fie ispitit de demonul cel mare.

Dar faptul că accesarea produselor pornografice nu ține seama de gradul de educație, căci chiar și oameni foarte educați se întâmplă să acorde un anumit interes pornografiei și perversiunilor sexuale, demonstrează că problemele cu care suntem confrunțați sunt mult mai complicate decât s-ar părea la prima vedere. Autorul acestei cărți tratează problemele în toată complexitatea lor, atât din puncte de vedere biologic, cât și din punct de vedere psihologic, social și spiritual.

După cum arată Paul MacLean, noi avem un creier triunic, adică un creier format din suprapunerea a trei creiere. La baza creierului nostru se află un creier care se aseamănă ca structură cu cel al reptilelor, care contribuie la reglarea funcției organelor interne și la asigurarea nevoilor primare. Peste el se află un creier afectiv sau emoțional. Iar deasupra celor acestora se află neocortexul, specific omului, care trebuie să controleze comportamentul într-un mediu foarte variabil și de multe ori chiar foarte ostil.

Deci, există mai multe nivele după care omul interacționează cu realitatea, după care vede și judecă lumea. La nivelele inferioare am putea să căutăm slăbiciunile ființei umane, iar în formațiunile superioare ar trebui să căutăm performanțele morale și spirituale ale ființei umane. Dar pentru a putea trăi într-o societate civilizată, comportamentul omului ar trebui să fie rezultatul intersecției dintre tendințele instinctive și tendințele raționale, intersecție care nu este întotdeauna dintre cele mai fericite.

Pentru că, potrivit studiilor de neurofiziologie, formațiunile primare ale creierului iau de obicei deciziile care

intervin în reglarea comportamentului nostru, înainte ca noi să fim conștienți de ele. După cum arată B. Libet, creierul nostru ia deciziile în mod inconștient cu 100 de ms înainte ca noi să fim conștienți de ele. Acest lucru a fost confirmat și de J. Bargh și de P. Gallwitzer, în 2001, care discută despre voința automată în reglarea comportamentului și de R. Custers și H. Aarts, în 2010, care discută despre voința inconștientă a omului în realizarea scopurilor sale.

Dar, ca și când acest lucru nu ar fi suficient, creierul omului dispune de un sistem de recompensă-pedeapsă, care susține comportamentele care produc satisfacție și evită comportamentele și factorii care produc insatisfacție. Experiențele făcute pe animale au arătat că animalele cărora li s-au implantat electrozi în centrul plăcerii, s-au autostimulat până la epuizare. Acest sistem, al cărui mediator principal este dopamina, este implicat în reacția de dependență, nu numai față de droguri, ci și față de sex și pornografie. Deci, în creierul nostru se află unele formațiuni mai vulnerabile, care sunt exploatare de către cei care promovează pornografia.

Nucleul amigdalian, care face parte din creierul afectiv, primește pe un drum mult mai scurt informațiile venite de la organele de simț, pe care le evaluează din punct de vedere afectiv ca fiind plăcute sau neplăcute și elaborează mult mai rapid o decizie sau, dacă vreți, o propunere, pe care o trimite spre lobul frontal, care este formațiunea cea mai evoluată a creierului, înainte ca noi să fim conștienți de acest lucru. Lobul frontal, care lucrează cu valori etice și morale, are posibilitatea de a bloca decizia respectivă și de obicei și face acest lucru atunci când decizia respectivă nu corespunde condițiilor de mediu sau

se opune legilor și normelor pe care omul ar trebui să le respecte. Așa se explică cum omul poate să trăiască într-o societate civilizată cu niște formațiuni ale creierului său care presupun anumite acte automate și inconștiente.

Marea problemă este că, spre deosebire de formațiunile mai vechi, formațiunile mai noi ale creierului se maturizează mai greu și lucrează mai încet decât formațiunile mai vechi ale creierului. De aceea copilul nu are încă maturizate formațiunile deontice și morale, cu ajutorul cărora să controleze formațiunile creierului reptilian și emoțional ale creierului și de aceea omul are o copilărie atât de lungă, până să ajungă să ia deciziile cele mai bune.

În orice caz, Dumnezeu l-a înzestrat pe om cu structurile nervoase care să respecte normele etice și deontice în pofida presiunilor pe care formațiunile mai vechi le fac asupra formațiunilor mai noi ale creierului. Desigur că acest lucru nu este ușor, dar tocmai în aceasta constă marea performanță a ființei umane.

Propunerile periculoase, sau indecente, care vin de la formațiunile mai vechi ale creierului, sunt moderate, sau chiar blocate, la nivelul lobului frontal. De aceea, K. Popper spunea că rolul conștiinței este acela de a face să moară ipotezele periculoase.

În urmă cu 10-15 ani, o echipă de cercetători condusă de Giacomo Rizzolatti, de la Universitatea din Parma, a constatat că atunci când maimuțele, care aveau implantați niște electrozi în lobul frontal, observau o altă maimuță, sau chiar pe cercetător, că efectuau o mișcare, prindeau un măr sau o portocală, neuronii din lobul frontal al maimuței de experiență reacționau ca și când ea ar fi executat mișcarea respectivă. De aceea, acești neuroni au fost denumiți

neuroni în oglindă. Iar neuronii în oglindă sunt prezenți și la om.

Deoarece nu este posibilă implantarea electrozilor în creierul omului, cercetătorii au apelat la electroencefalografie, la tomografie și la rezonanța magnetică pentru a studia neuronii în oglindă la om. Astfel ei au observat o desincronizare a undelor electroencefalografice în zona lobului frontal atunci când individul observă un alt om care efectuează o anumită mișcare. Cu ajutorul rezonanței magnetice funcționale, M. Iacobini a observat o activare a neuronilor din lobul parietal atunci când individul observă că un alt individ desfășoară o anumită activitate.

Aceasta înseamnă că atunci când noi asistăm la un meci de fotbal neuronii din capul nostru reacționează ca și când noi am juca fotbal pe teren. Același lucru se întâmplă desigur și în cazul vizionării unui film porno.

Cercetările au arătat că în lobul frontal există două feluri de neuroni în oglindă: unii neuroni care reacționează numai la mișcare, iar alții care reacționează la vederea obiectului respectiv. Ambii au rolul de a imita ceea ce omul vede în mediul înconjurător.

Până la descoperirea neuronilor în oglindă, se credea că reacția motorie este rezultatul prelucrării semnalelor de intrare de-a lungul unor circuite foarte complicate. Acum constatăm însă că neuronii reacționează pur și simplu la ceea ce omul vede în mediul înconjurător. Adică, neuronii în oglindă îl determină pe om să imite la nivel mental tot ceea ce vede. Când creierul vede o mișcare, el spune: aceasta pot să fac și eu! Iar, astfel, creierul învață mult mai ușor prin imitare decât prin explicațiile verbale mult mai laborioase.

Neuronii în oglindă sunt implicați nu numai în învățarea prin imitare, ci și în empatie și în contagiunea afectivă. După cum arată H. Harfield, neuronii în oglindă pot determina reproducerea automată și inconștientă a mimicii, a posturii și a stării afective a celor din jur. Neuronii în oglindă sunt implicați și în cunoașterea artistică și în difuzarea modei de la un individ la altul. O persoană care vede pe cineva îmbrăcat într-un fel anume, va imita, prin intermediul neuronilor în oglindă, vestimentația sau coafura respectivă. Din acest motiv, de neuronii în oglindă, care reproduc cortical imaginea percepută, depind în cea mai mare măsură influențele pe care pornografia le are asupra comportamentului uman. Astfel, omul se află descoperit în fața avalanșei de imagini, de filme, de spectacole și de reclame derizorii, care îl influențează fără să vrea.

De aceea, R. Brodie vorbește de virusurile minții, adică acele unități informaționale care pătrund în creier fără să vrem și care influențează comportamentul uman. R. Dawkins numește aceste virusuri informaționale *meme*, deoarece rolul lor este, ca și al genelor, acela de a se reproduce. Memele intră în creier prin intermediul unor cai troieni, adică a unor semnale la care creierul este deschis, cum sunt informațiile legate de sex sau de alimentație. De aceea, reclamele atașează produsului pe care vor să-l promoveze imaginea unei femei frumoase.

Bazându-se pe tendința hedonistă a omului, postmodernismul a promovat o cultură a satisfacției și a auto-mulțumirii imediate. După cum arată J. F. Mattei, a apărut o barbarie intelectuală și o barbarie estetică, dominată de obiecte de duzină și de kitsch. Postmodernismul a promovat rolul vizualului facil, al cópiilor, al colajelor, al

televiziunii și al spectacolelor de sunet și lumină, al internetului, în defavoarea cărții și a operelor adevărate.

Marcel Duchamp susținea că orice obiect poate fi prezentat ca operă de artă dacă este scos din contextul inițial și eliberat de utilitatea lui inițială. Astfel, R. Mut prezintă în 1917, „Pisoarul de porțelan”, iar Salvador Dali prezintă o baie pe tavan. Sub pretextul că arta este prea elitistă și a devenit prea comercială, s-a renunțat complet la valoarea estetică și s-au expus cadavre de animale și excremente de artist. D. Hirst a expus o oaie moartă într-un acvariu, iar Piero Manzoni a expus și a vândut propriile sale excremente, etichetându-le „Rahat de artist 100% pur”

De la revoluția artistică și de la mișcarea socială care negau orice valoare, s-a trecut foarte ușor la revoluția sexuală. Prin negarea tuturor valorilor etice și morale, s-a ajuns nu numai la liberalizarea sexuală, ci și la o sexualitate sălbatică, după cum arată Vance Packard. Apariția anticoncepționalelor și a posibilităților de tratament a majorității bolilor cu transmitere sexuală au dus la o liberalizare uluitoare a sexualității. Astfel, după cum arată D. Folscheid, 7% dintre americani declară ca au avut peste 50 de parteneri pe an, iar 5% dintre Francezi declară că au avut peste 100 de parteneri pe an.

Dacă până la mijlocul secolului trecut perversiunile sexuale erau considerate tulburări psihice, începând cu anii '70 majoritatea lor au fost scoase din rândul bolilor psihice. Exhibiționismul și voyerismul nu mai sunt considerate ca tulburări psihice. Majoritatea ziarelor și televiziunilor au devenit mai nou pline de exhibiționism, de voyerism și de pornografie.

Sexul a devenit o afacere foarte profitabilă. Dacă în 2004 s-au produs în întreaga lume 3 500 de filme clasice,

în același an s-au produs peste 11 000 de filme porno. Și lucrurile merg din ce în ce mai rău, sau, pentru diavolul care le conduce, ele merg din ce în ce mai bine, deoarece dacă în 1983 cifra de afaceri a industriei porno era de 6 miliarde de dolari, în 2005 ea era de 40 de miliarde de dolari.

Revoluția sexuală s-a răspândit ca un virus al minții, iar industria sexului s-a dezvoltat foarte mult folosindu-se de faptul că instinctul sexual este înscris în structura ființei umane. Unii geneticieni, cum ar fi R. Dawkins, susțin că singurul scop al viului este să se reproducă, iar psihanalistii susțin că instinctul sexual este cel care domină, de fapt, ființa umană.

Se constată că omul contemporan este foarte receptiv la imagine și la sex, el neputându-și modera prea ușor pornirile sale sexuale și de aceea s-a și răzvrătit împotriva restricțiilor care îi erau impuse. Pe de altă parte, industria sexului s-a dezvoltat foarte mult din cauza faptului că societatea postmodernă pe care și-a construit-o omul zilelor noastre nu-i mai impune restricțiile pe care le impunea societatea modernă bunicilor noștri. Iar pornografia, fiind un virus informațional care pătrunde foarte ușor în creier, se răspândește cu o viteză extraordinară, prin complicitatea mijloacelor de comunicare în masă.

Astfel, ne-am trezit inundați de violență, de exhibiționism și de pornografie. Deși criza sexuală nu este singura criză de care suferă societatea postmodernă, totuși ea are o importanță foarte mare deoarece ea pune în discuție baza societății umane, adică familia și sănătatea viitoarelor generații.

Cum se va rezolva revoluția sexuală și toate celelalte crize ale societății contemporane, dintre care cea mai im-

portantă este probabil negarea valorilor, este foarte greu de spus. Unii văd soluția în reformarea sistemului bancar, alții în apariția unei noi societăți, a unei economii sociale de piață, alții în combaterea corupției, alții în intensificarea protecției mediului și așa mai departe.

Alții, așa cum ar fi Bruce Lipton, spun că omenirea se află la o cotitură pe care o va depăși prin apariția unei noi spiritualități, sau prin redescoperirea spiritualității pierdute. Dar, până la redescoperirea spiritualității, care așteaptă să fie redescoperită, societatea ar trebui să îl protejeze pe omul care este vulnerabil nu numai la gripă, ci și la tulburările de comportament, care pot fi induse de programele de televiziune, de filmele, de sit-urile de internet, de ziarele, de revistele și de imaginile indecente, față de care nu are suficiente mijloace de apărare și care îi pot tulbura mințile. Având în considerare importanța modelelor în formarea personalității umane, societatea ar trebui să ofere omului, și mai ales copiilor, niște modele demne de urmat. Din păcate, societatea umană este ea însăși bolnavă și se descurcă tot mai greu cu crizele cu care este confruntată.

Cărțile domnului Virgiliu Gheorghe, privind influența nefastă a televiziunii și a pornografiei asupra omului contemporan, reprezintă o analiză multidisciplinară a problemelor pe care le determină imaginile derizorii și degradante cu care suntem bombardați. După cum arată autorul, ele au un efect negativ atât asupra psihicului, cât și asupra corpului, a familiei și a societății.

Bazându-se pe o amplă documentare, autorul ne descrie în detaliu efectele pe care pornografia le are asupra biologiei omului, asupra psihicului, asupra comportamentului și asupra vieții de familie.

Din păcate, ca toți ceilalți factori care acționează asupra sistemului de recompensă-pedeapsă, care există în creierul nostru, sistem care promovează factorii ce produc o stare de plăcere momentană și evită factorii care induc o stare de neplăcere, pornografia creează dependență. Din acest motiv, omul ar trebui să evite apariția acestei dependențe, ca și pe a celorlalte întâlnite foarte des la omul contemporan, cum ar fi dependența de jocurile de noroc și cea de internet.

Pornografia reprezintă, după cum arată autorul, un adevărat mijloc de spălare a creierului sau de direcționare a comportamentului uman pe căi greșite.

Fiind foarte bine documentată, insistând pe tulburările pe care pornografia le poate produce asupra omului și mai ales asupra copiilor, cartea domnului Virgiliu Gheorghe ar trebui citită de toți părinții, de toți educatorii și de toți cei care vor să-și păstreze sănătatea mintală într-o societate care nu numai că nu ne protejează, ci ne ispitește cu tot felul de lucruri dăunătoare.

Prof. dr. Restian Adrian

Membru al Academiei
de Științe Medicale din România și al
Academiei Europene a Profesorilor
de Medicina Familiei

Introducere

O cercetare pe marginea efectelor pornografiei și a fenomenelor conexe cu aceasta – masturbare, perversiuni, violență sexuală – nu este deloc un lucru simplu. Dincolo de complexitatea fenomenului, ce necesită o abordare sociologică, psihologică, neurologică și endocrinologică, analiza trebuie să ia în considerare și cele ce țin de viața intimă a bărbaților și a femeilor în contextul sordid al imaginilor și al practicilor pornografice. De bună seamă, un astfel de demers ar fi fost considerat cel puțin nerușinat în urmă cu câteva decenii, chiar dacă caracterul său științific nu ar fi fost pus la îndoială. Astăzi însă, în condițiile în care pornografia stradală, cea din filme sau de pe internet a intoxicat deja mințile a sute de milioane de oameni, producând într-un anumit grad acea desensibilizare despre care vorbesc psihiatrii, o astfel de carte devine mai mult decât necesară.

E firesc să te informezi despre cum te poți apăra în fața unei maladii devastatoare și e necesar a învăța despre cum te poți trata înainte ca boala să te distrugă. Căci, într-adevăr, dependența de pornografie a ajuns să atingă deja niveluri epidemice¹, lucru evident într-o țară ca SUA, unde 25 de milioane de persoane petrec între 1 și 10 de ore pe săptămână uitându-se la pornografie online, iar alte 4.7 milioane petrec peste 11 ore pe săptămână uitându-se pe site-urile porno.² Dintre aceștia, tinerii și adolescenții constituie o majoritate, mai mult de 70%

¹ K. Doran, „Industry Size, Measurements, and Social Costs”, în *Costurile sociale ale pornografiei: o culegere de lucrări* (Princeton, N.J.: Witherspoon Institute, 2010).

² (MSNBC/Stanford/Duquesne Study, Washington Times, 1/26/2000)

dintre bărbații americani cu vârste cuprinse între 18 și 34 ani vizitând un site pornografic într-o lună.³

Cel mai grav fapt este însă acela că între 6% și 8% dintre toți americanii (18-24 mil.) pot fi clasificați ca dependenți de sex⁴, iar 47% dintre toate familiile americane consideră că pornografia este o problemă în casa lor.⁶ Deja dependența de sex face mai multe victime decât dependența de droguri, și alcool luate împreună (sub 20 milioane de persoane) anunțându-se ca una dintre cele mai grave boli mentale ale viitorului. Există mii de articole și cărți scrise și tot mai mulți psihiatri și psihoterapeuți se specializează pe terapia dependenței de sex. O oră de consultații costă minimum 100 de dolari, iar o terapie completă duce până la 30 000 de dolari.

Până la apariția internetului, industria pornografică era destul de limitată în efectele sale, din cauza frânelor sociale și psihologice, însă *accesibilitatea, disponibilitatea și anonimatul* presupuse de experiența virtuală au condus la o adevărată explozie a producției și a consumului de pornografie:

- peste patru milioane dintre toate web-site-urile (12%) sunt dedicate pornografiei (420 milioane de pagini);
- zilnic, în America sunt 65 milioane de căutări pentru pornografie (25% din totalul căutărilor pe internet), transmițându-se 2,5 milioane de mail-uri cu conținut sexual;
- producția de filme pornografice pe an a crescut de la 1300 (1988) la 13 588 (2005), cu o creștere a vânzărilor de la 405 mil. filme vândute în 1992

³ comScore Media Metrix

⁴ National Council on Sexual Addiction Compulsivity, <http://www.sash.net/>

(1,6 miliarde dolari) la 957 mil. filme vândute în 2005, în valoare de 3, 62 miliarde dolari.⁵

„Așa cum afirmă Leiblum și Döring, «nivelurile personale de inhibiție, controlul social, precum și lipsa de parteneri dispuși și de scene sexuale care pot limita activitatea sexuală în contexte de zi cu zi, sunt depășite în spațiul cibernetic. Este ușor ca dorințele latente să fie realizate în spațiul virtual. Sexualitatea pe Internet poate, așadar, să servească ca un catalizator.»”⁶

O altă problemă gravă pe care o ridică internetul este imposibilitatea de a controla accesul minorilor, lucru care, într-o anumită măsură, se putea realiza în cazul pornografiei tipărite. În acest context, victimele principale ale tirului mesajului pornografic sunt copiii și adolescenții:

- vârsta medie a primei vizionări de pornografie în America este de 11 ani;
- 90% dintre copiii cu vârste cuprinse între 8-16 ani au vizionat pornografie online;
- copiii între 15 și 17 ani constituie cel mai larg grup de vizitatori ai site-urilor pornografice pe internet;⁷
- în 2001, 31% dintre copiii de vârstă 10-17 ani care au calculatoare acasă (adică 24% dintre toți copiii

⁵ <http://internet-filter-review.toptenreviews.com/internet-pornography-statistics-pg4.html>

⁶ Jill C. Manning, *Hearing on pornography's impact on marriage & the family*, Subcommittee on the constitution, civil rights and property rights Committee on judiciary United states senate, Submission for the Record: The Impact of Internet Pornography on Marriage and the Family: A Review of the Research, Washington, D.C., 2005.

⁷ Family Safe Media Statistics. Qtd. at *Alabama Policy Institute*. „Internet Pornography: Facts and Figures.” Web. 3 Dec. 2009. < <http://www.alabamapolicyinstitute.org/issues/gti/issue.php?issueID=311&guideMainID=21>>.

în vârstă de 10-17) au spus că au vizitat un site pornografic;⁸

- tot în 2001, un studiu realizat de psihologi sociali de la London School of Economics a arătat că 9 din 10 copii (cu vârsta cuprinsă între 11-16) au vizualizat pornografie pe internet;⁹
- 80% dintre tinerii între 15 și 17 ani au vizionat de mai multe ori pornografie (hardcore);
- 89% dintre tinerii care comunică pe chat au primit invitații la raporturi sexuale;
- potrivit unui studiu citat în Washington Post, peste 11 milioane de adolescenți vizualizează în mod regulat pornografia pe Internet;¹⁰

„Un indicator uimitor al accesibilității copiilor la pornografie îl reprezintă faptul că Nielsen//NetRatings deja include în statisticile lor demografice ale așa-numitului trafic de adulți (pornografie) copiii începând cu vârsta de doi ani.”¹¹

În România, conform studiului UE Kids Online II 19% dintre copii au fost expuși la imagini online cu conținut pornografic. Dar, ținând cont că 85% dintre copiii români au acces la internet în propria cameră, e probabil ca ponderea copiilor și adolescenților care consumă pornografie să fie cu mult mai mare. Aceasta în condițiile în care 28%

⁸ Study by Ynkelovich Partners Inc., Sept. 1999. Qtd. by *Proven Men Ministries, LTD.* <www.ProvenMen.org>. Web. 4 Dec. 2009. <<http://www.provenmen.org/framework/index.php?page=need>>.

⁹ Sara Gaines. „Why Sex Still Leads the Net,” 28 Feb. 2002. *The Guardian*. <[Guardian.co.uk](http://www.guardian.co.uk)>. Web. 4 Dec. 2009. <<http://www.guardian.co.uk/technology/2002/feb/28/onlinesupplement.newmedia>>.

¹⁰ BBC News. „Kids Top Searches Include ‘Porn.’” 12 August 2009. Web. 3 Dec. 2009. <<http://news.bbc.co.uk/2/hi/technology/8197143.stm>>.

¹¹ Jill C. Manning, *op. cit.*

dintre copiii români au mărturisit că au fost hărțuiți sexual prin SMS și 52% dintre copiii participanți la studiu au mărturisit că au fost agresați pe internet sau în afara lui.

Deși copiii nu sunt pregătiți psihologic, hormonal și organic pentru a înțelege ce înseamnă și a trăi un act sexual, imaginile pornografice se vor înscrie în corpul amigdalian al creierului emoțional ca niște tipare fără cuvinte. Astfel că, atunci când se vor maturiza, vor tinde să-și însușească acele atitudini și comportamente sexuale care se înrudesesc cu cele înscrise deja în memorie, deși acestea sunt, cel mai probabil, deosebit de traumatizante. Aceasta dacă copiii nu ajung ei înșiși dependenți de pornografie, fixându-și prin masturbare comportamentele deviante, predate de programul pornografic urmărit.

Nici pentru adulți lucrurile nu stau prea bine din punctul de vedere al discernământului. Aceasta pentru că mesajul pornografic are capacitatea de a ocoli neocortexul, adică gândirea, acționând direct asupra creierului emoțional. Astfel că excitația sexuală va fi stimulată înainte ca neocortexul să poată răspunde rațional, dând semnalul de retragere, de evitare a acestui inamic de ordin neuropsihologic.

Aceasta este, de altfel, principala îngrijorare a majorității cercetătorilor: pornografia subminează libertatea de conștiință, consimțământul individului prin capacitatea pe care o are de a excita cu putere și a crește nivelul de anxietate până la gradul la care controlul rațional al comportamentului devine foarte dificil de realizat. Omul ajunge să fie dominat de impulsurile iraționale ale inconștientului, de forța instinctului de apărare și reproducere. De fapt, chiar acesta este mecanismul de bază pe care îl pune în mișcare pornografia: deviază energia sexuală care, po-

trivit firii, ar trebui să fie investită în relația afectivă cu soțul sau soția în scopul procreării. În schimb, pornografia induce o stare euforică similară cu cea produsă de drog. Căci, într-adevăr, pornografia acționează pe aceleași zone corticale ca și cocaina și heroina, producând dependență¹². Adică, în lipsa excitației sexuale produse de pornografie, sunt trăite tot mai intens stările de sevraj – depresia și anxietatea, durerile de cap, neliniștea și irascibilitatea. Omul se simte tot mai puțin motivat de alte comportamente decât cele care produc excitație sexuală, în speță consumul de pornografie. Așadar, prins în lanțurile dependenței, consumatorul de pornografie este constrâns psihologic și organic să continue consumul, chiar dacă constată că acesta i-a distrus sănătatea, familia și viața.

Pornografia este însă mult mai nocivă decât drogul pentru că produce nu numai dependență și dereglări organice, ci și grave deviații mentale. În numai câteva săptămâni, experimentele de laborator demonstrează că, prin vizionarea de filme pornografice, se pot modifica mentalități, atitudini și comportamente învățate de-a lungul întregii vieți. La limită, pornografia poate transforma în violator în serie sau în criminal un individ pașnic, cu nivel social și intelectual ridicat.

Observațiile făcute în Australia au demonstrat că legalizarea pornografiei crește rata violurilor cu peste 250%. Și infracționalitatea se mărește cu până la 500% în zonele unde se dezvoltă afaceri care implică pornografia¹³.

¹² Childress, Anna Rose; Ehrman, Ronald N.; Wang, Ze; Li, Yin; Sciortino, Nathan; Hakun, Jonathan; Jens, William; Suh, Jesse; Listerud, John; Marquez, Kathleen; Franklin, Teresa; Langleben, Daniel; Detre, John și O'Brien, Charles P., „Prelude to Passion: Limbic Activation by „Unseen” Drug and Sexual Cues”, *PLoS ONE*, No. 3(1), 2008, p. 1506.

¹³ Malamuth, N. și Donnerstein, E., *Sex and violence a ripple effect*, Academic Press, San Diego, 1984.

De ce, în pofida daunelor uriașe pe care le produce le-giferarea pornografiei, aceasta nu este interzisă complet în multe locuri ale lumii? Pentru că forța uriașă de persuasiune pe care o exercită mesajul erotic asupra psihicului uman crește vânzarea oricărui produs. Erotismul este unul din cei mai buni catalizatori ai comerțului mondial. Pe de altă parte, afacerile din vânzarea de pornografie, numai cele care sunt la vedere, ajung pe plan mondial la un profit de 57 de miliarde de dolari. În America, venitul din pornografie depășește veniturile din fotbalul profesionist, baseball și baschet adunate la un loc și este aproape de două ori mai mare decât suma veniturilor ABC, CBS și NBC.¹⁴

Mai mult însă decât interesul comercial, cel mai mare aliat al propagandei pornografiei este ignorarea efectelor acesteia. Ori că suntem victimele mentalității revoluției sexuale inițiate prin studiile pedofilului Kinsey¹⁵ în anii '40, ori pentru că mass-media ne saturează câmpul de conștiință cu un erotism obsesiv, marea parte a lumii de la omul simplul la intelectual, de la muncitor la politician ignoră pericolul pornografiei, care se anunță deja cea mai răspândită dependență și maladie a tuturor timpurilor.

În acest context, am crezut că este mai mult decât necesară o informare științifică privind subiectul. Desigur, pentru mulți dintre cei dependenți deja de pornografie studiile citate pot părea indezirabile, dar avem convingerea că mai târziu, dacă nu vor înceta să se amăgească cu surogatul de fericire pe care-l propune pornografia, ne vor da dreptate. Mai bine însă este să ne trezim la timp pentru a ne apăra sănătatea mentală și biologică, familia

¹⁴ Statistici pe internet privind pornografia. Recenzia filtrului internet (Internet pornography statistics. Internet filter review). Retrieved May 24, 2005, from <http://internet-filterreview.toptenreviews.com/internet-pornography-statistics.html>.

¹⁵ http://www.drjudithreisman.com/archives/2010/08/sodomy_decision.html

și fericirea. Nu este ușor de aflat în epoca noastră altceva care să conducă mai repede la degradarea ființei umane, la suferință și durere precum pornografia. Iar dacă această punctează major sfârșitul civilizației umane, cartea de față se dorește a fi un prim reper pe calea revenirii la normalitate.

Efectele pornografiei asupra vieții de familie

Când vizionarea pornografiei crește până la nivelul dependenței, 40% dintre „dependenții de sex” își pierd soții.¹⁶ În cazul tinerilor necăsătoriți, vizionarea materialelor pornografice reduce dorința de a întemeia o familie și a avea copii. Plăcerea facilă, fără investiții emoționale devine singurul scop al individului.¹⁷ Vizionarea materialelor pornografice subminează relațiile dintre soț și soție, provocând multă suferință amândurora.¹⁸

Pornografia schimbă dragostea în aversiune față de soț sau soție

Bărbații mărturisesc că-și iubesc mai puțin soțiile după perioade lungi de vizionare (și dorire) a femeilor reprezentate în materialele pornografice.¹⁹ [...]

De asemenea, expunerea intensă la pornografie îi determină pe bărbați să-și considere perechea mai puțin atrăgătoare, să fie mai puțin mulțumiți cu afecțiunea,

¹⁶ Mary Anne Layden, Ph.D. (Center for Cognitive Therapy, Department of Psychiatry, University of Pennsylvania), Testimony for U.S. Senate Committee on Commerce, Science and Transportation, November 18, 2004, 2.

¹⁷ Zillmann and Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction”, 439.

¹⁸ Ana J. Bridges, Raymond M. Bergner, and Matthew Hesson-McInnis, „Romantic Partners' Use of Pornography: Its Significance for Women,” *Journal of Sex & Marital Therapy* 29 (2003): 1-14.

¹⁹ Dolf Zillmann and Jennings Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction”, *Journal of Applied Social Psychology* 18 (1988): 438-53 (439-440), quoting S.E. Gutierres, D.T. Kenrick, and L. Goldberg (1983, August), *Adverse effect of popular erotica on judgments of one's mate*, Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association, Anaheim, CA.

înfățișarea fizică și comportamentul sexual ale acesteia.²⁰ Obişnuința cu stimularea sexuală intensă produsă de pornografie²¹ conduce la plictis și insatisfacție sexuală în cazul femeilor și bărbaților care vizionează astfel de materiale²². Totodată se condiționează viziuni mai îngăduitoare asupra relațiilor sexuale extraconjugale²³ și o atitudine recreativă privind sexualitatea²⁴, crescând astfel probabilitatea de a căuta plăcerea sexuală în afara căsniciei.²⁵[...]

Expunerea prelungită la pornografie favorizează nu numai nemulțumire, ci chiar aversiune față de afecțiunea soțului.²⁶ Încep să-și facă apariția atitudini cinice față de dragoste, iar «plăcerile sexuale mai mari se consideră a putea fi obținute fără afecțiune față de parteneri.»²⁷ Aceste efecte sunt valabile atât pentru bărbații, cât și pentru femeile care au avut o expunere prelungită la pornografie²⁸, cu consecința că scăderea satisfacției sexuale este cauzată

²⁰ Zillmann and Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction”, 448.

²¹ Dolf Zillman, Indiana University, Paper prepared for the Surgeon General's Workshop on Pornography and Public Health, Arlington VA, 1986 http://profiles.nlm.nih.gov/NN/B/C/K/V/_/nnbckv.pdf

²² Weaver, „The Effects of Pornography Addiction on Families and Communities”, 2, 4.

²³ Ven-hwei Lo and Ran Wei, „Exposure to Internet Pornography and Taiwanese Adolescents' Sexual Attitudes and Behavior”, *Journal of Broadcasting & Electronic Media* 49 (2005): 221-37 (230); Jochen Peter and Patti M. Valkenburg, „Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Online Material and Recreational Attitudes toward Sex”, *Journal of Communication*, 56 (2006): 639-660 (654).

²⁴ Zillmann and Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction”, 450.

²⁵ Ven-hwei Lo and Ran Wei, „Exposure to Internet Pornography and Taiwanese Adolescents' Sexual Attitudes and Behavior”, *Journal of Broadcasting & Electronic Media* 49 (2005): 221-37 (233).

²⁶ James B. Weaver III, „The Effects of Pornography Addiction on Families and Communities” (Testimony presented before the Subcommittee on Science, Technology, and Space of the Senate Committee on Commerce, Science, and Transportation, Washington, DC, November 18, 2004), 4.

²⁷ Dolf Zillmann, „Influence of Unrestrained Access to Erotica on Adolescents' and Young Adults' Dispositions toward Sexuality”, *Journal of Adolescent Health* 27S (2000): 41-44 (42).

²⁸ Zillmann and Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction”, 448.

de nemulțumirea crescută față de comportamentul sexual normal al soțului”²⁹. Soțul sau familia în general devin principala piedică în satisfacerea obsesiilor sexuale.

MĂRTURIE: „Nu mai sunt atractivă sau dorită din punct de vedere sexual pentru el. Este atras mai mult de femei care apar în filmele pe care le vede, în reviste sau pe website-uri decât de mine, și mă simt complet incapabilă să concurez cu aceste femei.”³⁰ (Femeie de 29 ani) ■

Celălalt, soțul sau soția, care nu au contact cu pornografia, sesizează la un moment dat problema și încearcă să facă tot posibilul pentru a-și salva căsnicia. Unele persoane ripostează, amenință cu divorțul, altele se luptă să-și schimbe înfățișarea, să se îngrijească mai mult, iar altele se resemnează, răbdând mai mult pentru copil sau pentru a salva imaginea de stabilitate a unei familii care aduce, din păcate, mai mult suferință și nefericire decât sprijin și împlinire.

Psihologic, emoțional și neurologic, consumul de pornografie este similar înșelării soțului sau soției

Vizionarea de materiale pornografice, odată cu anularea sentimentului de dragoste și a caracterului intim al vieții sexuale, determină acordarea unei importanțe crescânde relațiilor sexuale fără implicare emoțională.³¹ Pa-

²⁹ Patrick F. Fagan, *The effects of pornography on individuals, marriage, family and community*, Family Research Council, Washington DC, 2001.

³⁰ Schneider, J. P. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 7, 31–58.

³¹ Zillmann and Bryant, „Pornography’s Impact on Sexual Satisfaction”, 448.

tologia relaționării sexuale constă în faptul că relația nu se mai realizează cu o persoană, ci doar cu o imagine, cu un obiect, cu o fantasmă. Omul se închide tot mai mult în sine, pradă obsesiilor sexuale, prizonier al unor dependențe neurologice și hormonale. În consecință, soții sau soțiile fac tot mai mult experiența unei intimități scăzute din partea partenerilor lor.³²

MĂRTURIE: „Pornografia îl făcea pe soțul meu să aibă tot felul de „aventuri sexuale”, deși nu s-a dus niciodată cu o altă femeie: dar acele aventuri ale minții pe mine mă făceau să mă simt înșelată, tot atât de mult pe cât m-aș fi simțit dacă ar fi avut o aventură trupească cu cineva în mod real. (Femeie în vârstă de 39 de ani, măritată de 14 ani)”³³ ■

În mai multe studii se constată faptul că femeile văd consumul de pornografie, în particular cybersexul, ca pe o formă de infidelitate care afectează intimitatea relației dintre soți, până la disoluția completă a acesteia.³⁴

Whitty a demonstrat că în ambele cazuri – bărbați și femei – activitățile sexuale online sunt percepute ca un act de trădare care este la fel de autentic și real ca actele offline (din viața obișnuită) și că folosirea pornografiei pe Internet este semnificativ corelată cu infidelitatea emoțio-

³² Raymond M. Bergner and Ana J. Bridges, „The Significance of Heavy Pornography Involvement for Romantic Partners: Research and Clinical Implications”, *Journal of Sex & Marital Therapy* 28 (2002): 193-206 (197).

³³ Schneider, J. P. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 7, 31–58.

³⁴ Bridges, A. J., Bergner, R. M., & Hesson-McInnis, M. (2003). Romantic partner's use of pornography: Its significance for women. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 29, 1–14; Bergner, R. M., & Bridges, A. J. (2002). The Significance of heavy pornography involvement for romantic partners: Research and clinical implications. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 28, 193–206; Schneider, J. P. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 7, 31–58.

nală.³⁵ „Îmi pasă mai mult de ceea ce se întâmplă în mintea soțului meu decât orice activitate trupestă!” afirmă una dintre soțiile unui dependent de pornografie.

Femeile, în mod obișnuit, mărturisesc sentimente de trădare, pierdere, neîncredere, devastare și furie ca răspunsuri la descoperirea sau divulgarea folosirii de către partener a activități sexuale online.³⁶

În studiul său realizat în anul 2000, Shneider constată că femeile resimt „în mod covârșitor” că aventurile online sunt la fel de dureroase³⁷ din punct de vedere emoțional ca cele din viața reală sau offline³⁸.

MĂRTURIE: „Eu socotesc acest lucru [consumul de pornografie] un adulter. Mai mult decât atât, într-un anumit sens, cred că a avea o aventură sexuală la nivel mental este mai rău decât a avea un partener real: oricând, soțul meu poate avea «o aventură» fără să iasă din casă sau fără să vadă o altă ființă umană.”³⁹ ■

Așadar, „înstrăinarea emoțională favorizată de pornografie și „cybersex-ul” (contactul interactiv prin computer cu un partener în vederea discuțiilor sexuale pornografice) pot să fie adesea la fel de dăunătoare relației pre-

³⁵ Whitty, M. T. (2003). Pushing the wrong buttons: Men's and women's attitudes toward online and offline infidelity. *Cyber Psychology & Behavior*, 6(6), 569–579.

³⁶ A. J. Bridges, Bergner, R. M., & Hesson-McInnis, M. (2003). Romantic partner's use of pornography: Its significance for women. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 29, 1–14; Bergner, R. M., & Bridges, A. J. (2002). The significance of heavy pornography involvement for romantic partners: Research and clinical implications. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 28, 193–206; Schneider, J. P. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 7, 31–58.

³⁷ Schneider, J. P. Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. *Sexual Addiction & Compulsivity*, (2000), 7, 31–58.

³⁸ Manning, Jill C, *op. cit.*

³⁹ Schneider, J. P. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 7, 31–58.

cum o infidelitate din lumea reală⁴⁰ și atât bărbatul, cât și femeia tind să pună activitatea sexuală din mediul virtual în aceeași categorie cu a avea o aventură (extraconjugală).⁴¹

Numai o treime dintre cupluri păstrează un interes în relațiile sexuale ale unuia cu celălalt, în vreme ce unul dintre parteneri este angajat în „cybersex”.⁴²

MĂRTURIE: „Îmi era teamă ca nu cumva să-l pierd. Am început prin a încerca să concurez cu imaginile pornografice, prin a fi o jucărie sexuală. Apoi, după un timp, am început să simt că nu mai vreau să am relații sexuale cu el: simțeam că trebuia, dar nu mai puteam, îmi lipsea dorința. (Femeie în vârstă de 27 de ani, măritată de 3 ani).”⁴³ ■

Consumatorii de pornografie tind să vadă tot mai mult instituția căsătoriei ca îngrădind sexualitatea⁴⁴; ei cred tot mai puțin în importanța fidelității conjugale⁴⁵, au tot mai multe îndoieli asupra valorii căsniciei ca instituție socială esențială și, în plus, manifestă îndoieli asupra viitoarei sale viabilități.⁴⁶ Toate acestea scad în mod firesc pentru ei, importanța de a avea relații bune de familie în propriile lor cămine.⁴⁷

E firesc ca vizionarea de pornografie să fie resimțită ca o adevărată aventură extraconjugală. Și chiar mai mult, căci

⁴⁰ J.P. Schneider, „Effects of Cybersex Problems on the Spouse and Family”, *Sex and the Internet: A Guidebook for Clinicians*, ed. A. Cooper (New York: Brunner-Routledge, 2002: 169-86 (180).

⁴¹ Monica Therese Whitty, „Pushing the Wrong Buttons: Men's and Women's Attitudes toward Online and Offline Infidelity”, *Cyber Psychology & Behavior* 6 (2003): 569-79.

⁴² Schneider, „Effects of Cybersex Addiction on the Family”, 39-40.

⁴³ Schneider, J. P. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 7, 31-58.

⁴⁴ Zillmann, „Influence of Unrestrained Access to Erotica”, 42.

⁴⁵ Zillmann and Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction”, 448.

⁴⁶ Weaver, „The Effects of Pornography Addiction on Families and Communities”, 4.

⁴⁷ Patrick F. Fagan, *op. cit.*

soțul sau soția nu au numai o singură persoană cu care își înșeală partenerul de viață, ci un întreg harem de imagini care nu pot fi concurate de nimeni în viața reală. În fața lor, femeia sau bărbatul se excită sexual și se masturbează, deci întrețin relații sexuale cu cineva care nu e prezent, cu imaginea lui sau a lor. Atunci când descoperă care e situația, soția deznădăjduiește, constatând că nu mai poate să își ajute cu nimic bărbatul stăpânit de obsesia scenelor pornografice.

MĂRTURIE: „Nu mai sunt o persoană, ci un obiect sexual. Nu e, de fapt, alături de mine, nu face dragoste cu mine... Pare să se gândească la altceva sau altcineva – probabil la acele femei porno... El doar se folosește de mine ca fiind un corp cald.”⁴⁸ ■

Așadar, așa-zisul cibersex produce o deviație mentală de o asemenea amplitudine încât tot mai puțin individul respectiv va mai putea avea relații sexuale normale sau un minim raport afectiv. Imaginile pornografice obsesive vor fi preferate unui om real, căci ele constituie „dragostea” de toată vremea a acelei persoane. Soțiile vor resimți tot mai puternic prezența străină a fantasmelor erotice în mintea soților lor și faptul că ele au dispărut practic din viața lor.

Expunerea prelungită la pornografie scade dorința de a mai avea copii

În urma studiilor desfășurate, Dolf Zillmann și Jennings Bryant⁴⁹ au ajuns la constatarea că expunerea la por-

⁴⁸ Schneider, „Effects of Cybersex Addiction on the Family”, 39-40.

⁴⁹ “Symposium on Media Violence and Pornography” Toronto, Canada: Media Action Group, 1984; și: Testimony given to U.S. Attorney General’s Commission on Pornography, Houston, Texas, septembrie 1985.

nografie reduce dorința de a avea copii, cultivând în același timp convingerea că promiscuitatea, atât la bărbați, cât și la femei, este ceva natural... Copiii devin o piedică în dobândirea plăcerii sexuale, o plăcere facilă, posibilă fără asumarea unei vieți de familie, fără griji sau alte consecințe. În cele din urmă, în această plăcere rezidă „fericirea” consumatorului de pornografie, căci o alta nu mai are relevanță pentru el, conștiința și simțurile fiindu-i saturate de euforia excitației sexuale.⁵⁰

Infidelitate crescută

Într-un studiu realizat în 2004 la Universitatea de Stat Wayne, s-a constatat că rata infidelității conjugale crește cu 317% în cazul consumatorilor de pornografie.⁵¹ În același studiu se demonstrează că folosirea pornografiei pe internet crește cu 370% probabilitatea apelării la „serviciile” plătite ale prostituatelor. Această strânsă legătură existentă între vizionarea de pornografie și relațiile cu prostituate⁵², constatată în numeroase studii, este de așteptat, de altfel, căci fantasmele sexuale impun un comportament agresiv și pervers în fața căruia și animalele s-ar simți jignite. Pentru banii primiți, sârmanele prostituate sunt nevoite să su-

⁵⁰ Zillmann, D. & Bryant, J., "Pornography's Impact on Sexual Satisfaction." *Journal of Appl. Social Psychology*, 1988: vol. 18, no. 5, pp. 438-453; și: Zillmann, D. & Bryant, J., „Effects of Prolonged Consumption of Pornography on Family Values”, *Journal of Family Issues*. (decembrie 1988): vol. 9, no. 4, pp. 518-544.

⁵¹ Steven Stack, Ira Wasserman, and Roger Kern, „Adult Social Bonds and Use of Internet Pornography”, *Social Science Quarterly* 85 (2004): 75-88.

⁵² Ven-hwei Lo and Ran Wei, „Exposure to Internet Pornography and Taiwanese Adolescents' Sexual Attitudes and Behavior”, *Journal of Broadcasting & Electronic Media* 49 (2005): 221-37 (229).

porte riscul întâlnirii cu un bărbat care le poate batjocori și chinui până la maltratare fizică și traume psihice.

Și în cazul femeilor consumul de pornografie și „cybersexul” conduc la niveluri mari de infidelitate. Spre exemplu, într-un studiu realizat în 2005, s-a constatat că femeile care se angajează în „cybersex” au cu 40% mai mulți parteneri sexuali în afara mediului virtual decât femeile care nu consumau pornografie pe internet.⁵³

În același timp, 80% dintre femeile care se angajează în activități sexuale online ajung să se întâlnească și în viața reală cu partenerii lor din mediul virtual, în comparație cu proporția mult mai mică, de 33%, pentru bărbați.⁵⁴ Din acest studiu s-ar putea înțelege că femeile sunt mult mai dispuse la infidelitate în cazul consumului de pornografie pe internet. Lucrurile nu stau chiar așa. Femeile sunt mult mai atrase de camerele de chat, tocmai pentru că ele caută mai mult o relație romantică și emoțională, decât pur și simplu sex. În schimb, bărbații sunt atrași de pornografie nu atât pentru nevoia de intimitate și suport emoțional, cât pentru excitarea și satisfacerea fantasmelor sexuale.⁵⁵ Astfel, pentru că femeile sunt mult mai prezente în camerele de chat decât bărbații, se prind mult mai puternic la nivel sentimental în aceste contacte virtuale, devenind mult mai ușor victime.

Dar și în cazul bărbaților se constată că flirtul pe Internet în cadrul camerelor de chat crește riscul relațiilor sexuale cu persoana cunoscută pe net. Într-un studiu des-

⁵³ Kristian Daneback, Al Cooper, and Sven-Axel Mansson, „An Internet Study of Cybersex Participants,” *Archives of Sexual Behavior* 34 (2005): 321-28 (324-25).

⁵⁴ Jennifer P. Schneider, *A Qualitative Study of Cybersex Participants: Gender Differences, Recovery Issues, and Implications for Therapists*, *Sexual Addiction & Compulsivity* 7 (2000): 249-78 (277).

⁵⁵ Ibidem.

fășurat în anul 2006, s-a constatat că 78% dintre bărbații intervievați declară că au avut cel puțin o experiență sexuală față către față cu o persoană pe care o întâlniseră prin intermediul chat-ului în ultimul an.⁵⁶ Deci, nevinovatele convorbiri pe chat, atunci când ajung să aibă un caracter erotic, conduc în aproximativ 80% dintre cazuri la experiențe sexuale nemijlocite de internet.

Studiile sunt mai mult decât concludente: cei care se angajează în „cybersex” vor merge cel mai probabil până la capăt pentru a avea întâlniri sexuale reale cu partenerii lor din spațiul virtual.

Traumele suferite de copiii consumatorilor de pornografie

„În timp ce relațiile conjugale pot fi considerate cele mai vulnerabile în fața expunerii activităților sexuale online, copiii și adolescenții sunt cei mai vulnerabili la materiale sexuale explicite din următoarele motive:

- pot fi cu ușurință constrânși să vizioneze materiale pornografice sau să le producă ei înșiși;
au un grad limitat de control al emotivității, al conștiinței, al procesării materialelor obscene pe care le întâlnesc voluntar sau involuntar;
pot fi victimele consumului pornografic într-o manieră în care adulții arată o rezistență mai mare;

⁵⁶ Brian Dew, Michael Brubaker, and Danica Hays, „From the Altar to the Internet: Married Men and Their Online Sexual Behavior”, *Sexual Addiction & Compulsivity* 13 (2006): 195-207 (199).

în urma expunerii la mesaje pornografice traumatice, li se pot dezvolta comportamente sociale și sexuale patologice;

își pot dezvolta așteptări iluzorii în legătură cu comportamentul lor sexual prin vizualizarea pornografiei creativ-fantastice, bazate pe imaginație (desene, exploatarea tărâmului ireal-fantastic etc. - n.n).

De asemenea, părinții pot dezvălui, intenționat sau nu, copiilor lor lupta pe care o dau cu dependența de pornografie⁵⁷, distorsionând astfel dezvoltarea sexuală a acestora.”⁵⁸

Ce influență are dependența sexuală a părinților în viața propriilor copii?

- „scăderea atenției și a timpului acordat copilului;
- copilul găsește materialele pornografice pe care părintele le parcurge;
îl vede pe părinte în timp ce se masturbează;
crește riscul separării familiale și a divorțului;
crește riscul pierderii slujbei și a constrângerilor financiare;
devine martorul conflictelor dintre părinți;
este observator sau victimă a stresului legat de activitatea sexuală online.”⁵⁹

Unul dintre efectele principale pe care le constată Schneider este riscul crescut ca înșiși copiii să ajungă pradă consumului de pornografie.

⁵⁷ M. Deborah Corley and Jennifer P. Schneider, „Sex Addiction Disclosure to Children: The Parents’ Perspective”, *Sexual Addiction & Compulsivity* 10 (2003): 291-324.

⁵⁸ Manning, Jill C, *op. cit.*

⁵⁹ *Idem.*

O mamă și-a adus fiica de 13 ani însărcinată la cabinetul meu. Fata și prietenul ei de 14 ani au descoperit o arhivă secretă cu materiale pornografice ale tatălui ei și au imitat actele sexuale înfățișate în ele pe parcursul mai multor luni. Consecințele care au decurs de aici, incluzând graviditate, avort și depresie, au fost extrem de traumatice pentru întreaga familie, precum și pentru ambii tineri. Mama a divorțat de soțul ei din cauza complicațiilor apărute în legătură cu cele întâmplare.⁶⁰

Dialogurile premature pe teme sexuale dintre părinte și copil sunt un alt efect al comportamentului sexual nedorit, fapt ce a reieșit din cercetările efectuate de Black, Dillon, și Carnes în locuințele pe care le-au vizat.⁶¹ Aceștia au observat că dialogurile pe teme sexuale au loc între părinți și copiii lor înainte ca aceștia să fie pregătiți. Cei trei cercetători au examinat atitudinea adolescenților și reacțiile acestora când li s-a spus că unul dintre părinții lor se confruntă cu activitatea sexuală online.⁶²

Concluzia a fost aceea că 60 din 89 de copii interviuați aflaseră despre problemele sexuale ale părinților înainte ca aceștia să le fi spus ceva. După cum a afirmat unul dintre copiii chestionați: „Am fost surprins să aflu că mama mea habar n-avea că eu știu”.⁶³

În studiile realizate de Black Dillon și Carnes se constată că, la aflarea faptului că unul dintre părinți este dependent de pornografie, tinerii au trăit sentimente de:

⁶⁰ Cline, V.B., *Pornography's Effects on Adults and Children, Morality In Media*, New York, 2001, p. 10.

⁶¹ Black, D., Dillon, D., & Carnes, S. (2003). Disclosure to children: Hearing the child's experience. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 10, 67-78.

⁶² Ibid.

⁶³ Ibid. p. 124.

rușine, stânjenire, vină, furie, irascibilitate;
confuzie;

s-au simțit datori din punct de vedere emoțional
să-și ajute părinții.”⁶⁴

Pornografia conduce la separație și divorț

În mod firesc, înstrăinarea sufletească dar și infidelitatea conduc mai devreme sau mai târziu la divorț. Efectele pornografiei sunt cu adevărat dezastruoase pentru viața de familie. Dintr-un studiu realizat în anul 2006, rezultă că pentru cei care au vizionat un singur film pentru adulți (clasificat cu XXX):

- crește cu 25,6% probabilitatea de a divorța;
- probabilitatea unei relații extraconjugale se mărește cu până la 65%;
- au cu 8% mai puține șanse de a avea o căsătorie „foarte fericită” (în cazul în care mai erau căsătoriți);
- și cu 13% mai puține șanse de a fi „foarte fericiți” în viața de zi cu zi.⁶⁵

Într-un sondaj realizat asupra a 350 de avocați specializați în divorțuri și legislație maritală, care s-au întrunit în 2002 în cadrul *Academiei Americane de Avocați Maritali din Chicago*, s-a constatat că:

⁶⁴ Manning, Jill C, *op. cit.*

⁶⁵ K. Doran și J. Price, „Movies and Marriage: Do Some Films Harm Marital Happiness?”, studiu în desfășurare, 2009.

- 68% dintre cazurile de divorț au fost cauzate de faptul că unul dintre cei doi soți s-a îndrăgostit din nou prin intermediul Internetului;
- 56% dintre cazurile de divorț au implicat faptul că una dintre părți avea un interes obsesiv pentru situri pornografice;
- 47% dintre cazurile de divorț au implicat faptul că una dintre părți petrecea excesiv de mult timp la calculator;
- în 33% dintre cazurile de divorț s-a menționat timpul excesiv petrecut în camerele de chat (forumuri cunoscute pentru gradul mare de sexualizare).⁶⁶

Fie că sunt proaspăt căsătoriți, fie că au 39 de ani de viață de familie, îndrăgostiți de puțină vreme sau cu o relație sudată prin trecerea timpului și asumarea creșterii copiilor, care au devenit la rândul lor adulți, pornografia este capabilă să producă o ruptură profundă între soți, o rană care cu greu se poate vindeca și care, în cele mai multe cazuri, sfârșește prin divorț.

Deși la început pare o simplă distracție, consumul de pornografie conduce la eșec și nefericire în viața de familie. Și cât de greu este să te vindeci de o astfel de boală! Așadar, pornografia poate face ca nimic să nu mai fie ca înainte.

⁶⁶ Dedmon, J. (November 2002). Is the Internet bad for your marriage? Online affairs, pornographic sites playing greater role in divorces. Press Release from The Dilenschneider Group, Inc.

Dependența de pornografie – dependența de sex

„Profesorul Mark Schwartz de la Institutul Masters & Johnson din St. Louis spune că «Sexul pe Internet este precum heroina, îi acaparează și pune stăpânire pe viețile lor; și este foarte dificil de tratat pentru că oamenii afectați nu vor să renunțe»”⁶⁷.

Într-adevăr, deși se prezintă ca o activitate recreativă, pornografia creează dependență, în unele cazuri mult mai repede decât drogul, și cu o serie de consecințe cel puțin la fel de grave.⁶⁸ Dependența de pornografie – mai corect spus: dependența de sex – este deja una dintre cele mai răspândite în ziua de azi. În Statele Unite de trei ori mai mulți oameni sunt dependenți de pornografie decât de drog.

În America, s-au scris deja mii de articole și cărți privind dependența de sex, s-au deschis clinici și s-a dezvoltat, practic, o nouă ramură a psihoterapiei.⁶⁹ Costurile unei terapii complete urcă adesea la câteva zeci de mii de dolari, însă nu mulți scapă de acest morbo, mai ales că dependența de sex, în comparație cu cea de drog, este grefată pe o nevoie reală a ființei umane, pe nevoia de afecțiune, dar și pe instinctul de reproducere. Vom reproduce în cele ce urmează un fragment din studiul dr. Viktor Cline, unul

⁶⁷ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 12.

⁶⁸ Peter D. Goldberg, Brennan D. Peterson, Karen H. Rosen, and Mary Linda Sara, „Cybersex: The Impact of a Contemporary Problem on the Practices of Marriage and Family Therapists”, *Journal of Marital and Family Therapy* 34 (2008): 469-80 (475).

⁶⁹ <http://www.sexaddicthelp.com/Articles/index.htm>

dintre cei mai importanți cercetători ai fenomenului dependenței de pornografie din întreaga lume.

„Acolo unde pornografia a fost un factor al apariției dependenței, afirmă dr. V. Cline, indiferent de natura devierii sau a dependenței sexuale, am constatat existența unui sindrom bazat pe patru factori, ce se regăsește la aproape toți pacienții, în special în perioada în care au început să fie interesați de pornografie.

1. Dependența

În prima fază, consumatorii de pornografie sunt «captați» de materialele pornografice. Odată interesați, acești oameni simt nevoia să se întoarcă iarăși și iarăși la ele, dorind să vadă din ce în ce mai multe astfel de materiale. Acestea par să aibă un efect sexual stimulat și afrodisiac foarte puternic (*n.n.*: crește excitația sexuală corelată cu modificări semnificative ale activității hormonale), urmat de eliberarea sexuală, cel mai adesea prin masturbare. Pornografia le oferă o imagistică foarte excitantă și puternică, pe care aceștia și-o readuc frecvent în minte și în jurul căreia brodează, imaginar, o mulțime de scenarii.

Odată ajunși dependenți, acești oameni nu se mai pot debarasa singuri de dependența lor, în ciuda multor consecințe negative apărute în viața lor, ca divorțul, pierderea familiei și problemele de ordin penal (ca agresarea sexuală, hărțuirea sau abuzarea altor persoane de la locul de muncă).

Am constatat și faptul că mulți dintre pacienții mei cei mai inteligenți par să fie și cei mai vulnerabili la aceste lucruri – probabil pentru că au dezvoltat capacitatea

imaginativă, care crește intensitatea experienței și îi expune mai mult la condiționarea spre dependență. Deși orice bărbat este vulnerabil la astfel de lucruri, din experiența mea, avocații, contabilii și cei care lucrează în domeniul media par să fie cei mai expuși la aceste dependențe.

Sergentul Bob Navarro, un investigator cu experiență îndelungată în industria pornografică, din cadrul Departamentului de Poliție din Los Angeles, observă: «Dacă mă credeți sau nu, cu cât nivelul de educație este mai ridicat, cu atât sunt aceste persoane mai înclinate să devină dependente de aceste materiale – și, bineînțeles, cu atât mai mulți bani simt nevoia să cheltuie pe ele. Mulți oameni au mărturisit că au ajuns la un grad extrem de dependență față de aceste materiale, până într-acolo încât își irotesc întreaga lor viață cu acest lucru: stau ore întregi să se masturbeze în fața unor materiale pornografice și ajung să aibă nevoie de materiale din ce în ce mai puternice, mai explicite și mai dure, care să le ofere satisfacții și mai mari. Ca un alcoolic sau ca un dependent de droguri, aceste persoane caută acea plăcere maximă și au nevoie de mai mult, pentru a rămâne la acel nivel la care se simt OK».⁷⁰

Unul dintre pacienții mei era atât de dependent, încât nu s-a putut abține să privească materiale pornografice timp de 90 de zile, chiar cu riscul de a plăti 1.000 de dolari. Este greu pentru persoanele care nu au această dependență să înțeleagă modul în care o astfel de persoană ajunge să fie complet dirijată de impulsurile sexuale. Atunci când sunt «loviți» de acest val, nimic nu le poate sta împotrivă pentru a obține ceea ce doresc – fie că e vorba de pornografie însoțită de masturbare, de sex cu o prostituată, de molestarea unui copil sau de violarea unei femei.

⁷⁰ The Pornography Industry Today", *The World & I*, Dec. 1992: pp. 511, 516.

Iată un exemplu care ar putea ilustra această problemă:

MĂRTURIE: Ralph era un dependent sexual, căsătorit de doisprezece ani, având trei copii. Era o persoană implicată în activitatea bisericii lui și avea principii morale în care credea cu sinceritate. Credea în cele zece porunci și era împotriva adulterului. Însă cercul vicios al vieții lui includea și folosirea pornografiei, urmată de sex plătit, cu prostituate. După fiecare incident, îl implora pe Dumnezeu să-l ierte și jura că nu se va mai întâmpla niciodată. Însă făcea apoi același lucru, iarăși și iarăși.

Având în vedere că factorul care declanșa actul de adulter era folosirea pornografiei, am decis să încercăm să-l eliberăm de dependența de aceste materiale. L-am rugat să-mi scrie un cec de 1.000 de dolari, spunându-i că am să-i returnez banii dacă va putea sta 90 de zile fără pornografie. Ralph ținea mult la bani și strategia noastră l-a tentat foarte mult. «Pentru nimic în lume nu m-aș uita la filme sau reviste deocheate, dacă aș ști că o să mă coste 1.000 de dolari!», ne-a spus el.

O perioadă a reușit să reziste remarcabil tentației. Însă, în cea de-a optzeci și șaptea zi, mergând cu mașina, a trecut pe lângă o librărie «pentru adulți», într-o localitate pe care nu o cunoștea, în timpul unei deplasări de serviciu. A pus frână, și-a oprit mașina, a intrat în magazin și practic și-a lăsat mintea să o ia razna timp de nouăzeci de minute. Când l-am văzut săptămâna următoare, mi-a mărturisit, cu lacrimi în ochi, că și-a pierdut cei 1.000 de dolari. Având în vedere că se ferise timp de 87 de zile, am decis să-i mai dau o șansă.

Așa că am început încă o perioadă de 90 de zile de «sevrăj». Amândoi am fost de acord că, dacă a putut sta departe de pornografie timp de 87 de zile, putea ajunge sigur și la 90, dacă mai încercam o dată, mai ales dacă asta însemna să-și recupereze cei 1.000 de dolari.

De data aceasta a rezistat doar paisprezece zile. Și-a pierdut banii, care au fost dați unei asociații de caritate. Era extrem de hotărât să scape de dependența lui, pentru a-și salva căsnicia și a trăi în armonie cu principiile lui religioase. Însă n-a fost așa. După mine, chiar dacă mi-ar fi dat 10.000 de dolari, tot și-ar fi re-luat obiceiul. Atunci când sunt «loviți de val», acești bărbați ajung să fie consumați de poftă, indiferent de costuri sau de consecințe. Dependența lor, practic, le conduce viața. ■

2. Escaladarea

Cea de-a doua fază e reprezentată de efectul de escaladare. Odată cu trecerea timpului, dependenții simt nevoia să vadă materiale sexuale din ce în ce mai dure, mai explicite, mai deviate și mai ciudate, pentru a-și atinge apogeul de plăcere și a ajunge la punctul lor de stimulare sexuală. Toate acestea îmi aminteau de persoanele suferinde de dependența de droguri. Cu timpul, aproape în toate cazurile apare o nevoie crescândă pentru un stimulent tot mai puternic, pentru a atinge același efect inițial.

Dacă soțiile sau prietenele acestor bărbați se implicau și ele în aceste activități, ulterior își puneau partenerii să facă activități sexuale din ce în ce mai bizare și mai deviate. În multe cazuri, acest lucru ducea la o ruptură în relație, atunci când femeia refuza să meargă mai departe – deseori ajungându-se la conflicte, despărțire sau divorț.

Faptul că sunt căsătoriți sau că au o relație cu un partener sexual care este de acord să se implice și el în activitățile respective nu rezolvă problema. Dependența lor

și efectul de escaladare – această creștere vertiginoasă a dependenței – este cauzată în special de imagistica sexuală puternică din mintea lor, implantată acolo în urma vizionării materialelor pornografice. Deseori, dependenții preferă această imagistică sexuală, însoțită de masturbare, în locul actului sexual în sine. Acest lucru le diminuează aproape întotdeauna acestor persoane capacitatea de a iubi și de a-și exprima afecțiunea față de partenerul lor, în relațiile intime. Fantezia domină totul, spre marea durere și dezamăgire a partenerului lor. Dorința sexuală le este deviată suficient cât să nu mai fie interesați de persoana de lângă ei. Iar partenera sesizează acest lucru foarte ușor, simțindu-se deseori foarte singură și respinsă.

Am avut o serie de pacienți – cupluri – în care soția îmi spunea, cu lacrimi în ochi, că soțul preferă, mai degrabă, să se masturbeze în fața unui material pornografic decât să facă dragoste cu ea.

3. Desensibilizarea

Cea de-a treia etapă este desensibilizarea. Materiale pornografice (cărți, reviste și/sau filme/materiale video), care inițial erau percepute ca șocante, ca încălcând niște tabuuri, ilegale, respingătoare sau imorale, deși erau în același timp excitante, au ajuns cu timpul să fie văzute ca acceptabile și comune. Activitățile sexuale prezentate în materialele pornografice respective (indiferent de gradul lor antisocial sau deviant) căpătă aerul unor lucruri legitime. Sentimentul care predomină din ce în ce mai mult este acela că «toată lumea face asta», iar acest lucru le permite și persoanelor în cauză să o facă, chiar dacă activita-

tea respectivă este, poate, ilegală și opusă convingerilor lor morale anterioare și normelor personale de conduită.

4. Trecerea la comportamentul sexual concret

Cea de-a patra fază este o tendință din ce în ce mai mare de a pune în aplicare comportamentele din materialele pornografice vizionate de consumatori în mod repetat, inclusiv promiscuitatea compulsivă⁷¹, exhibiționismul, actul sexual în grup, voyeurismul, frecventarea saloanelor de masaj, actele sexuale cu copii minori, violul și provocarea durerii asupra propriei persoane sau asupra partenerului în timpul actului sexual. Acest comportament se transformă adesea într-o dependență sexuală în care dependentul se trezește blocat într-o situație pe care nici nu o poate schimba și din care nici nu poate ieși, indiferent de consecințele negative din viața lui.

Multe exemple de efecte negative cauzate de folosirea pornografiei provin din activitatea privată sau din clinici a psihoterapeuților, medicilor, consilierilor și a avocaților. În aceste domenii, ajungi față în față cu oameni care suferă mult și se găsesc într-o situație foarte dificilă. Iată câteva exemple care ar putea fi ilustrative în acest sens.

MĂRTURIE: Într-o după-amiază, acum câțiva ani, viceprimarul Los Angeles-ului, un bărbat de 46 de ani, a mers să vizioneze un film pornografic la un cinematograful din vestul orașului. În timp ce viziona filmul, a ajuns să fie atât de excitat, încât a început să-l asalteze

⁷¹ Un gând (o obsesie), o acțiune, o operație defensivă sau chiar o secvență complexă de comportamente sunt calificate ca fiind compulsive când nerealizarea lor este resimțită ca necesară pentru a stăvili creșterea angoasei.

sexual pe un spectator de lângă el. Persoana respectivă era un ofițer sub acoperire, de la secția de moravuri a brigăzii de poliție a orașului. Viceprimarul a fost arestat, i s-a făcut cazier și a fost găsit vinovat în procesul care i s-a intentat ulterior. Acest distins funcționar public și-a părăsit postul dezonorat și umilit, cu o carieră ruinată. ■

MĂRTURIE: Un bărbat de 36 de ani, căsătorit, cu studii universitare, angajat și cu o situație financiară foarte bună, era dependent de pornografie și masturbare și frecventa saloane de masaj, unde întreținea acte sexuale plătite. Avea o căsnicie excelentă și patru copii. Deși se simțea vinovat din cauza implicării lui în relații sexuale ilegale, care erau contrare valorilor lui religioase, etice și personale și care îi puteau perturba grav căsnicia dacă se afla despre ele, continua să le practice, chiar dacă, rațional vorbind, nu dorea acest lucru.

Problema lui a ieșit la iveală atunci când și-a infectat soția cu o boală venerică. Acest lucru i-a adus multe urmări grave, care i-au tulburat viața și căsnicia. ■

Consecințele cele mai frecvente: Totuși, în experiența mea clinică, principala consecință a dependenței de pornografie nu este probabilitatea sau posibilitatea de a comite un delict sexual grav (deși acest lucru se poate întâmpla – și chiar se întâmplă), ci, mai degrabă, perturbarea legăturii fragile a relațiilor familiale și maritale. Aici este zona în care apar cele mai mari dureri, rupturi și suferințe. Am constatat în repetate rânduri că pornografia intervine în iubirea și relațiile sexuale sănătoase cu parteneri pe termen lung, sau chiar le distruge. La întrebarea

dacă pornografia este responsabilă pentru – sau determină – vreun delict sexual, răspunsul este, fără echivoc, afirmativ, însă acesta este doar «vârful aisbergului».

La unii pacienți constat că dependența apare aproape imediat, în timp ce pentru alții e nevoie de până la cinci-zece ani de vizualizări neregulate pentru a fi „captați”. Însă, asemenea unui cancer latent, dependența nu dispare aproape niciodată de la sine dacă nu se intervine într-un fel sau altul, prin terapie.

Dependența de pornografie duce la o depreciere a imaginii de sine și provoacă individului o capacitate redusă de a avea un scop în viața socială și profesională. Un studiu efectuat asupra dependenților de pornografie a descoperit că acestora nu le place sentimentul de «a nu deține controlul» și consumul de timp pe care l-a generat vizionarea de filme pornografice. Toți indivizii compulsiivi sexual au povestit că s-au simțit nefericiți și că au fost afectați într-un aspect important al vieții lor din cauza dependenței. Aproape jumătate dintre ei au declarat că dependența de pornografie a declanșat un comportament cu rezultate negative semnificative în viața socială, un sfert mărturisind că efectele negative s-au repercutat asupra profesiei.⁷² Într-un alt studiu, probabilitatea ca indivizii compulsiivi sexual și dependenții de sex să declare că descoperirea materialelor online cu conținut sexual a fost cel mai îngrozitor lucru care li s-a întâmplat vreodată⁷³ a fost de 23 de ori mai mare decât în cazul celor fără această

⁷² „Donald W. Black, Laura L.D. Kehrberg, Denise L. Flumerfelt, and Steven S. Schlosser, „Characteristics of 36 Subjects Reporting Compulsive Sexual Behavior”, *American Journal of Psychiatry* 154 (1997): 243-49 (247).

⁷³ Al Cooper, Eric Griffin-Shelley, David L. Delmonico, and Robin M. Mathy, „Online Sexual Problems: Assessment and Predictive Variables”, *Sexual Addiction & Compulsivity* 8 (2001): 267-85 (281).

problemă. Nu-i de mirare că depresiile clinice severe au fost raportate ca fiind de două ori mai frecvente în rândul utilizatorilor de pornografie de pe Internet în comparație cu non-utilizatorii⁷⁴.⁷⁵

⁷⁴ Michele L. Ybarra, Kimberly J. Mitchell, „Exposure to Internet Pornography among Children and Adolescents: A National Survey”, *CyberPsychology & Behavior* 8 (2005): 473-86 (479).

⁷⁵ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 12.

Efectele pornografiei asupra bărbaților, femeilor, copiilor și adolescenților

Din majoritatea studiilor de specialitate rezultă că pornografia este întotdeauna asociată cu suferința, îndeosebi cea de ordin psihic, dar și cu boala trupească.⁷⁶

Mai cu seamă în cazul bărbaților, pornografia creează un handicap sexual

„Bărbații mi-au spus că se trezeau pierzând ore în șir vizionând materiale pornografice la televizor și pe DVD, dar mai ales online. Se uitau la lucruri care altă dată li s-ar fi părut îngrozitoare – bestialitate, sex în grup, acte de sadomasochism explicite, torturi genitale, pornografie infantilă. Felul în care priveau femeile în viața reală era deformat, astfel încât să se potrivească fanteziilor pornografice pe care le consumau pe ecran... Îi îngrijora felul în care se uitau la fiicele lor și la fetele de vârsta fiicelor lor. Nu numai viața lor sexuală suferea – efectele pornografiei se propagau afectând toate aspectele existenței lor. Activitatea zilnică era întreruptă, hobby-urile distruse, viața de familie sfărâmată. Unii bărbați și-au pierdut chiar locul de muncă, soțiile și copiii. Sacrificiul este enorm.”⁷⁷

⁷⁶ Din cercetarea a peste 300 de studii, Einsiedel, Weaver și Russell constată că numitorul comun al efectelor pornografiei este suferința consumatorului și a celor din jurul său. Vezi: C. Itzin (Ed.), *Pornography: Women, violence and civil liberties*. (p. 284–310). New York, NY: Oxford University Press.

⁷⁷ P. Paul, „From Pornography to Porno to Porn: How Porn Became the Norm,” in *The Social Costs of Pornography: A Collection of Papers* (Princeton, N.J.: Witherspoon Institute, 2010).

„Efectul paradoxal al căutării plăcerii sexuale prin intermediul pornografiei pe internet îl constituie faptul că utilizatorul cronic devine incapabil să obțină chiar satisfacția sexuală pe care o căuta. Așa cum relatează un medic specialist neuropsihiatru, unii dintre bărbații pe care i-a tratat în a doua jumătate a anilor '90 deveniseră atât de dependenți de imaginile pornografice folosite pentru a se excita, încât soțiile lor nu-i mai atrăgeau suficient pentru a întreține relații sexuale cu acestea.⁷⁸ Mai mult, cercetările sugerează că expunerea la pornografie scade satisfacția sexuală cu partenerul, atât la bărbați cât și la femei.⁷⁹ În plus, utilizarea cronică a pornografiei este asociată cu depresia și nefericirea: «Producătorii de pornografie promit plăcere sănătoasă și descărcarea tensiunii sexuale, dar ceea ce oferă este adesea dependența, toleranța și, în final, scăderea plăcerii. În mod paradoxal, pacienții bărbați cu care am lucrat simțeau acut lipsa pornografiei, deși aceasta le repugna.⁸⁰»⁸¹

⁷⁸ N. Doidge, *The Brain that Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science* (New York: Viking, 2007), p. 104.

⁷⁹ Zillman și Bryant (1988).

⁸⁰ N. Doidge, *The Brain that Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science* (New York: Viking, 2007), p. 104.

⁸¹ M. Eberhardt, A. M. Layden, *The Social Costs of Pornography A Statement of Findings and Recommendations*, Witherspoon Institute Princeton, New Jersey, 2010.

Femeile sunt primele victime

MĂRTURIE: „Căutam o scrisoare în computer și deodată au apărut pe ecran imagini pornografice. Am fost foarte șocată. Femeile de pe ecran erau folosite ca niște păpuși de cârpă. Mi-am dat deodată seama că folosirea în secret a pornografiei este motivul pentru care Brad se purta atât de defensiv, mânios și necuviincios cu mine.

Înainte, când spunea cuvântul «pornografie» - era doar un cuvânt. Dar, văzând cu ochii mei fotografiile acelor femei... Deodată, m-am văzut așa cum probabil mă vede și soțul meu: un obiect, ceva ce se deține și se folosește. Stând acolo, în fața computerului, am început să plâng...”⁸² ■

„În multe cazuri, soțiile consumatorilor de pornografie dezvoltă răni psihologice adânci, raportând în mod obișnuit sentimente de trădare, pierdere, neîncredere, devastare și mânie ca reacții la descoperirea sau destăinuirea activității sexuale în mediul pornografic online a partenerului.”⁸³

Soțiile pot să înceapă să se simtă neatrăgătoare și pot să devină extrem de depresive când își dau seama că soții lor vizionează materiale pornografice.⁸⁴ Gradul de suferință al soțiilor ar putea să fie atât de mare încât să necesite tratament clinic pentru traumă⁸⁵ și nu pentru un simplu disconfort.”⁸⁶

⁸² Wendy Maltz, Larry Maltz, *ThePornTrap The Essential Guide to Overcoming Problems Caused by Pornography*, Harper Collins Publishers Inc, 2009

⁸³ Schneider, „Effects of Cybersex Addiction on the Family”, 31-58.

⁸⁴ Schneider, „Effects of Cybersex Addiction on the Family”, 38.

⁸⁵ Barbara A. Steffens and Robyn L. Rennie, „The Traumatic Nature of Disclosure for Wives of Sexual Addicts”, *Sexual Addiction & Compulsivity* 13 (2006): 247–67.

⁸⁶ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 11.

MĂRTURIE: „Eu nu pot concura cu staruri porno, care acționează de parcă ceea ce îi face plăcere bărbatului le place și lor, chiar dacă bărbații vor să le sufoce. În filmele pornografice, femeile nu se plâng niciodată sau nu cer niciodată bărbatului să facă ceva diferit. Pentru ele este de ajuns să-i ofere plăcere individului respectiv.

Am încercat să-mi mulțumesc soțul, acționând ca una dintre acele fete din pornografii, dar acest lucru m-a făcut să mă simt ca o prostituată. Când m-am îmbrăcat cum ar fi vrut partenerul meu să mă îmbrac, nu mai știam pe cine iubea de fapt. Pe mine sau versiunea vie a fanteziei lui pornografice în care mă transformasem?” (mărturia lui Megan Carol, o scriitoare)⁸⁷ ■

Deși femeile sunt mai puțin atrase de pornografie decât bărbații, din păcate, și ele sunt de multe ori victimele consumului. Iată povestea Mariei, o femeie în vârstă de 43 de ani, mamă a doi copii, căruia i-a murit soțul în urma unei crize de astm:

MĂRTURIE: „Multă vreme pornografia îmi făcea silă, mă plictisea, deși mai aruncam uneori o privire pe reviste sau clipuri porno. Apoi am descoperit asocierea dintre pornografie și masturbare; era mult mai palpitant decât numai să te uiți. Și astfel am început să simt o nevoie tot mai intensă de a consuma pornografie în fiecare zi, ca și cum ar fi fost un drog.

Cum îi culcam pe copii mă așezam în fața internetului, unde petreceam o grămadă de timp. Ajunsesem la un nivel în care nici nu mai era nevoie să văd scenele, era de ajuns doar să aud sunetele respective. Mas-

⁸⁷ Wendy Maltz, Larry Maltz, *The Porn Trap The Essential Guide to Overcoming Problems Caused by Pornography*, Harper Collins Publishers Inc, 2009

turbarea în fața imaginilor porno ajunsese obligatorie pentru a mă putea relaxa și adormi.

Dacă aveam o zi proastă și nu mă simțeam bine, mă retrăgeam în imaginația mea învărtind în cap tot felul de scenarii pornografice. Sau căutam să mă uit la ceva pornografie și apoi să mă masturbez. Pornografia întotdeauna conduce la masturbare și o susține.”

Șapte ani din viața ei Maria s-a masturbat constant uitându-se la filme porno la televiziunea prin cablu și pe Internet. „O făceam zilnic, uneori de câteva ori pe zi, era ca un drog. Voiam mai mult, mai mult, eram ca o posedată. De la o vreme mă simțeam ca și cum îmi pierdusem controlul minții și al trupului pe perioada masturbării. De câteva ori mi s-a întâmplat că doar intram pe câteva filme porno și dintr-o dată ajungeam la orgasm pur și simplu fără să mă ating cu mâna. Îmi pierdeam controlul, altcineva prelua controlul reacțiilor corpului meu. M-a speriat puterea pe care pornografia ajunsese să o aibă asupra mea.”⁸⁸ ■

Pornografia conduce la degradarea femeilor

„Un terapeut care lucrează în mod curent cu tinere constată că, în ciuda oportunităților mai mari de care beneficiază, femeia de astăzi se trezește «aruncată într-o societate care pare a fi, din punct de vedere sexual, mai grosolană, mai licențioasă, mai confuză și mai riscantă decât cea din trecut». Din cauza «orientărilor moderne în consumul și producția de pornografie, a mass-mediei sexualizate, a crimei sexuale, a bolilor transmise pe cale sexu-

⁸⁸ Wendy Maltz, Larry Maltz, *The Porn Trap The Essential Guide to Overcoming Problems Caused by Pornography*, Harper Collins Publishers Inc, 2009

ală, a prădătorilor sexuali online, a serviciilor de întâlniri (dating) pe internet și a hărțuiei cibernetice sexualizate», femeia de astăzi trăiește într-o «lume mai deformată sexual, mai descurajantă și mai agresivă decât oricând înainte și la vârste mai timpurii decât în orice altă perioadă până acum».⁸⁹

„Pornografia favorizează ideea că degradarea femeilor este acceptabilă. De vreme ce bărbații consumă pornografie mult mai frecvent decât femeile⁹⁰, expunerea la materiale sexuale sau semi-sexuale de pe Internet, din reviste sau de la televizor, este asociată cu ideea că femeile sunt obiecte sau mărfuri sexuale.⁹¹ Astfel, bărbații expuși la pornografie sunt mai înclinați să descrie femeile în termeni mai degrabă sexuali, decât prin alte atribute personale.”⁹²

Un studiu asupra celor mai distribuite filme cu conținut pornografic, realizat de Gloria Cowan și colegii săi, profesori de psihologie la Universitatea de Stat California, „San Bernardino”, a evaluat anvergura și proporțiile dominației și inegalității sexuale prin care femeile sunt descrise, într-o selecție aleatorie de filme în magazinele de închiriat filme pentru familie din California. Agresiunea fizică era prezentă în 73% dintre filme, iar scenele de viol erau prezente în 51%, în care femeia juca rolul victimei de fiecare dată. Filmele descriau, de asemenea, inegalități de gen,

⁸⁹ Jill C. Manning, *op. cit.*

⁹⁰ Häggström-Nordin, Hanson, and Tydén, „Associations between Pornography Consumption and Sexual Practices among Adolescents in Sweden” (103).

⁹¹ Peter Jochen and Patti M. Valkenburg, „Adolescents’ Exposure to a Sexualized Media Environment and Their Notions of Women as Sex Objects”, *Sex Roles* 56 (2007): 381-395 (390).

⁹² Deborah E.S. Frable, Anne E Johnson, and Hildy Kellman, „Seeing Masculine Men, Sexy Women, and Gender Differences: Exposure to Pornography and Cognitive Constructions of Gender”, *Journal of Personality* 65 (1997): 311-355 (333).

portretizând în mod tipic bărbații ca oameni profesionali, iar femeile ca eleve, secretare sau gospodine.⁹³ În cadrul scenelor sexuale, bărbatul rămânea de obicei cel puțin parțial îmbrăcat, pe când femeia era de obicei dezbrăcată.⁹⁴

Filmele pornografice degradează de asemenea femeile prin scenele de „mit al violului acceptat”, care descriu femeile ca fiind violate, dar care, în cele din urmă, găsesc plăcere în această experiență. Aceste scene favorizează convingerea că femeile „de fapt, vor” să fie violate.

Jeanette Norris, de la Universitatea din Washington, a condus un studiu în care un grup de studenți citează două versiuni ale aceleiași povestiri care descrie o femeie ce este violată. Însă povestirea avea două finaluri diferite: la sfârșitul primei versiuni, femeia rămânea marcată de o stare de profundă suferință; în cea de-a doua, la sfârșit, femeia arăta ca și cum i-ar fi făcut plăcere. Cu toate că cele două versiuni erau identice în toate detaliile în afară de reacția femeii de la sfârșit, studenții au preferat scenariul în care femeia era descrisă ca găsind plăcere în viol.⁹⁵ Ei au perceput femeia violată ca având o «dorință» mai mare de a face sex și erau, astfel, mai dispuși să accepte ceea ce a făcut bărbatul.

Sarah Mumen de la Colegiul „Kenyon”, Ohio, a descoperit că membrii fraternităților care atârnavă mult mai multe imagini pornografice cu femei în camerele lor

⁹³ Gloria Cowan, Carole Lee, Daniella Levy, and Debra Snyder, „Dominance and Inequality in X-Rated Videocassettes”, *Psychology of Women Quarterly* 12 (1988): 299-311 (306-307).

⁹⁴ Cowan, Lee, Levy, and Snyder, „Dominance and Inequality in X-Rated Videocassettes”, 308.

⁹⁵ Jeanette Norris, „Social Influence Effects on Responses to Sexually Explicit Material Containing Violence”, *The Journal of Sex Research* 28 (1991): 67-76 (70-73).

aveau atitudini favorabile față de viol în comparație cu cei care nu făceau parte din astfel de grupări.⁹⁶

Față de bărbați, femeile tind să considere pornografia mult mai degradantă pentru femei. Când tinerii dintr-un grup de studenți au fost întrebați despre sentimentele lor față de pornografie – 72% dintre femei și numai 23% dintre bărbați au declarat că sentimentele lor sunt negative. Mai mult decât atât, la întrebarea dacă pornografia este degradantă, aproape 90% dintre tinerele femei și numai 65% dintre tinerii bărbați au fost de acord că pornografia este degradantă.⁹⁷

După o expunere prelungită la pornografie, mai ales bărbații, dar și femeile, nu mai consideră violul ca pe o faptă penală.⁹⁸

Fie că cred sau nu că pornografia este degradantă, femeile care vizionează pornografia se angajează în mod regulat, fără să vrea, într-o formă de autodegradare: ele dezvoltă o imagine negativă a propriului corp⁹⁹ pentru că nu se ridică la descrierile din materialele pornografice.”¹⁰⁰

⁹⁶ Timothy E. Bleeker and Sarah K. Murnen, „Fraternity Membership, the Display of Degrading Sexual Images of Women, and Rape Myth Acceptance”, *Sex Roles* 53 (2005): 487-493 (490). Timothy E. Bleeker and Sarah K. Murnen, „Fraternity Membership, the Display of Degrading Sexual Images of Women, and Rape Myth Acceptance”, *Sex Roles* 53 (2005): 487-493 (490).

⁹⁷ Thomas Johansson and Nils Hammaren, „Hegemonic Masculinity and Pornography: Young People's Attitudes Toward and Relations to Pornography”, *The Journal of Men's Studies* 15 (2007): 57-70 (62).

⁹⁸ Weaver, „The Effects of Pornography Addiction on Families and Communities”, 3.

⁹⁹ Sheilah Siegel, „Applying Social Comparison Theory to Women's Body Image and Self-esteem: The Effects of Pornography” (Doctoral dissertation, Pacific Graduate School of Psychology, Palo Alto, CA, 1997).

¹⁰⁰ Patrick F. Fagan, *op. cit.*

Copiii și adolescenții

„Expansiunea pornografiei în viețile multor copii și adolescenți are un impact mult mai puternic decât conștientizează majoritatea adulților. Pornografia deformează dezvoltarea sexuală sănătoasă a tinerilor care vizionează așa ceva; ea este folosită ca instrument al exploatării copiilor și adolescenților.”¹⁰¹

Părinții nu știu de implicarea copiilor lor în pornografie

„Un studiu efectuat pe un eșantion de 1,300 de fete, cu vârste cuprinse între 8 și 13 ani, a descoperit că, în cazul celor implicate în «cybersex», 95% dintre părinți habar nu aveau de acțiunile copiilor lor.”¹⁰²

De altfel, puțini părinți conștientizează pericolul pe care-l reprezintă expunerea propriilor copii la materialele pornografice din postere, ziare și reviste și, bineînțeles, de pe internet. Există tendința de a crede că nu ni se va întâmpla chiar nouă așa ceva sau că suntem suficient de abili pentru a afla lucrurile importante care se întâmplă copilului nostru. Pornografia, însă, are puterea de a-i pătrunde în suflet și de a schimba în primul rând sinceritatea lui față de noi. Astfel că, cel mai adesea, părinții se trezesc mult prea târziu să afle despre dependența de sex

¹⁰¹ M. Eberhardt, A. M. Layden, *op.cit.*

¹⁰² Joan D. Atwood, „Mommy’s Little Angel, Daddy’s Little Girl: Do You Know What Your Pre-Teens Are Doing?”, *The American Journal of Family Therapy* 34 (2006): 447-67 (461).

la care a ajuns copilul lor, care petrecea atât de multe ore studiind pe calculator.

Pornografia distruge lumea copilăriei

În cadrul unui studiu finanțat de către Congresul SUA prin intermediul Centrului Național pentru Copiii Disparați și Exploatați (*National Center for Missing and Exploited Children*), autorii au ajuns la concluzia că materialele sexuale explicite de pe internet sunt «foarte sâcâitoare» și pot fi întâlnite în mod cu totul întâmplător, fără niciun fel de intenție, în decursul căutării unor materiale de natură total diferită sau la deschiderea e-mail-ului.¹⁰³

Într-un studiu mai recent al acelorași autori, 34% dintre adolescenți au declarat că au întâlnit pe internet materiale cu conținut sexual nedorit, procent care pare să fi crescut cu 9% în ultimii cinci ani.

În 2006, într-un studiu privind *Siguranța Tinerilor pe Internet* (*Youth Internet Safety Survey*), realizat pe un eșantion reprezentativ de 1.500 de tineri, s-a descoperit că o persoană din șapte a primit o invitație nedorită cu conținut sexual, iar una din unsprezece a fost hărțuită online.¹⁰⁴ Un Raport din anul 2002 al Fundației Familiei Henry J. Kaiser a dezvăluit faptul că 70% dintre tinerii cu vârste cuprinse între 15 și 17 ani au semnalat întâlnirea acciden-

¹⁰³ K. J. Mitchell, D. Finkelhor și J. Wolak, „The Exposure of Youth to Unwanted Sexual Material on the Internet: A National Survey of Risk, Impact, and Prevention”, *Youth & Society* 34, no. 3 (2003): 330–58; K. J. Mitchell, D. Finkelhor și J. Wolak, „Victimization of Youths on the Internet”, în *The Victimization of Children: Emerging Issues* (Binghamton, N.Y.: Haworth Maltreatment & Trauma Press, 2003).

¹⁰⁴ J. Wolak, K. J. Mitchell, D. Finkelhor, „Online Victimization of Youth: Five Years Later”, 2006: 7, 10, disponibil la <http://www.unh.edu/ccrc/pdf/CV138.pdf>

tală a pornografiei online, 23% dintre aceștia susținând că aceasta s-a petrecut «foarte» sau «destul» de des.¹⁰⁵

În România, conform studiului UE Kids Online II, 19% dintre copii au fost expuși la imagini online cu conținut pornografic. Dar, ținând cont că 85% dintre copiii români au acces la internet în propria cameră, e probabil ca ponderea copiilor și adolescenților care consumă pornografie să fie cu mult mai mare. Aceasta în condițiile în care 28% dintre copiii români au mărturisit că au fost hărțuiți sexual prin SMS și 52% dintre copiii participanți la studiu au mărturisit că au fost agresați pe internet sau în afara lui.

„Tinerii sunt luați prin surprindere, înșelați să acceseze site-urile pentru adulți prin folosirea unor cuvinte scrise greșit ori a creării unor pagini pornografice¹⁰⁶ de întâmpinare, care, accesate din greșeală, fac imposibilă sau foarte dificilă închiderea ferestrei respective. Această metodă este denumită «prinderea șoarecelui». De fapt, Mitchel, Finkelhor și Wolak au descoperit că 26% dintre tineri afirmă că au dat peste alte site-uri pornografice încercând să iasă de pe altele de acest fel.¹⁰⁷

În concordanță cu datele furnizate de Nielsen/ Net Ratings¹⁰⁸, în decursul lunii aprilie 2005, numai în Statele Unite, 4,803 milioane adolescenți cu vârste între 2 și 17 au accesat site-uri pentru adulți. Acest grup reprezintă 13,97% dintre toți consumatorii pornografiei online.

¹⁰⁵ The Henry J. Kaiser Family Foundation Report, 2002.

¹⁰⁶ Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Wolak, J. (2003). The exposure of youth to unwanted sexual material on the Internet: A national survey of risk, impact, and prevention. *Youth & Society*, 34(3), 330–358.

¹⁰⁷ Ibid.

¹⁰⁸ Nielsen//NetRatings, April 2005. Retrieved directly from Nielsen//NetRatings May 25, 2005.

Reacții negative la adresa pornografiei

Von Feilitzen și Carlsson au constatat că tinerii au tendința să fie foarte supărați și chiar stânjeniți de pornografia online.¹⁰⁹ La această concluzie s-a ajuns și în urma altor studii. Spre exemplu, 23 de procente dintre tineri au fost extrem de tulburați în urma expunerii la materiale erotice¹¹⁰, iar într-o cercetare desfășurată în Canada, s-a constatat că unul din cinci copii găsesc indezirabile materialele sexuale online.¹¹¹

Într-un sondaj australian, tinerii cu vârste cuprinse între 11 și 17 ani s-au folosit de cuvintele «scârbă», «bleah», «dezgustător», «respingător» și «supărat» încercând să-și exprime sentimentele pe care le-au avut la impactul cu imaginile pornografice online¹¹².

Mai mult, la un sondaj din anul 2000 realizat de Kids.net, s-a descoperit că până la 25% dintre cei cu vârste cuprinse între 7 și 16 ani au fost deranjați de materialele online. Dintre aceștia, doar câțiva au informat pe un adult în privința acestui lucru¹¹³. Cercetările făcute de Mitchell,

¹⁰⁹ Von Feilitzen, C., & Carlsson, U. (2000). *Children in the new media landscape: Games, pornography, perceptions*. Goteburg: UNESCO/Nordicom.

¹¹⁰ Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Wolak, J. (2003). Victimization of youths on the Internet. In J. L. Mullings, J. W. Marquart, & D. J. Hartley (Eds.), *The victimization of children: Emerging issues*. Binghamton, NY: Haworth Maltreatment & Trauma Press.

¹¹¹ Media Awareness. (2000). *Canada's children in a wired world: The parent's view*. A survey of Internet use in Canadian families, *Media Awareness*, 20(2), 17–18. In S. Livingstone (2003), *Children's use of the Internet: Reflections on the emerging research agenda*. *New Media & Society*, 5(2), 147–166.

¹¹² Flood, M., & Hamilton, C. (2003). Youth and pornography in Australia: Evidence on the extent of exposure and likely effects. The Australia Institute, Discussion Paper Number 52, ISSN 1322-5421.

¹¹³ Wigley, K. & Clarke, B. (2000). Kids.net. London: National Opinion Poll. Retrieved January 2003 from <http://www.nop.co.uk> In S. Livingstone (2003), *Children's use of the Internet: Reflections on the emerging research agenda*. *New Media & Society*, 5(2), 147–166.

Finkelhor și Wolak (2003) au descoperit că 49% dintre tineri nu au spus nimănui despre solicitările sexuale online. Chiar dacă acestea aveau un caracter agresiv, 36% dintre tineri nu au vorbit cu nimeni¹¹⁴. Ceea ce sugerează că numărul acestor tineri care dau peste materiale ofensatoare poate fi subestimat dacă părinții nu sunt conștienți de frecvența cu care aceste materiale apar și dacă părinții sunt dintre cei îngăduitori.”¹¹⁵

„Mai mult decât atât, asemenea cifre nu iau nici măcar în considerare cât de des vin tinerii în contact cu materialele pornografice prin intermediul altor mijloace de comunicare decât internetul. Jocurile video, reclamele, programele TV și momentele muzicale sunt adesea împletite cu pornografie și elemente cu tentă pornografică, acestea din urmă fiind, de asemenea, omniprezente în videoclipurile muzicale.¹¹⁶ La acestea se adaugă și așa-numitul „sexting”, fenomen în creștere, ce constă în trimiterea imaginilor pornografice prin intermediul mesajelor text, ceea ce ridică probleme de ordin legal sau non-legal fără precedent la nivel național. Efectul combinat al acestor imagini și elemente tot mai răspândite este că un număr tot mai mare de tineri experimentează pornografia prin diverse mijloace de comunicare, consecințele fiind la fel de variate.”

¹¹⁴ Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Wolak, J. (2003). Victimization of youths on the Internet. In J. L. Mullings, J. W. Marquart, & D. J. Hartley (Eds.), *The victimization of children: Emerging issues*. Binghamton, NY: Haworth Maltreatment & Trauma Press.

¹¹⁵ Jill C. Manning, *op. cit.*

¹¹⁶ Vezi, spre exemplu, Levin, D. și Kilbourne, J., *So Sexy So Soon: The New Sexualized Childhood and What Parents Can Do to Protect their Kids*, New York: Ballantine Books, 2008, pp. 142–47; Moore, M., „Rapelay Virtual Rape Game Banned By Amazon”, *The Telegraph* din 13 februarie, 2009, document disponibil la adresa: <http://www.telegraph.co.uk/scienceandtechnology/technology/4611161/Rapelay-virtual-rapegame-banned-by-Amazon.html>; Edlund, M., „MUSIC: Hip-Hop’s Crossover to the Adult Aisle”, *The New York Times* din 7 martie, 2004.

Cercetările în curs coroborează temerile și experiențele îngrijitorilor de copii de pretutindeni: pornografia a otrăvit copilăria modernă. Unii părinți duc grija activităților desfășurate de către copiii lor pe internet în timpul utilizării acestuia pentru rezolvarea temelor. Alții se întrebă ce urmăresc pe internet colegii fiicelor lor. Unii adulți sunt martori direcți ai pătrunderii pornografiei în viețile copiilor pe care îi iubesc, surprinzându-i manifestând un comportament desprins din filmele porno sau consultând materiale pornografice la bibliotecile locale. În cadrul buletinelor de știri, sunt relatate adesea cazuri de «arestări pentru deținere și popularizare de pornografie infantilă și incidente școlare în care sunt implicați profesori surprinși accesând materiale pornografice de la computerele școlii, în timpul orelor de curs.»¹¹⁷

Până și copiii pot deveni dependenți de pornografie

„Directorul clinicii „Masters & Johnson” mărturisește că a întâlnit băieți cu vârsta de 14-15 ani dependenți de pornografie: «Este îngrozitor să vezi ce efect are asupra acestora; atât de tânăr, să ai o astfel de problemă sexuală!» Unul dintre psihologii care conduc Centrul „Coche” din Philadelphia redă cazul unei fete în vârstă de 11 ani, care a fost surprinsă creându-și propriul site pornografic, explicând că prietenii ei găsesc pornografia ca fiind ceva «cool». Psihologul de la „Coche” mai spune că tratamentul împotriva dependenței de pornografie se aplică mai

¹¹⁷ M. Eberhardt, A. M. Layden, *op.cit.*

des în cazul băieților, inclusiv al pre-adolescenților, adăugând: «Înainte de existența internetului, nu m-am confruntat niciodată cu așa ceva.»¹¹⁸

„Într-un studiu realizat în 1986 s-a constatat că 91% dintre băieți și 82% dintre fetele chestionate au recunoscut că fuseseră expuși la materiale pornografice hardcore (dure). Două treimi dintre băieți și 40% dintre fete au raportat dorința de a încerca unele dintre comportamentele sexuale la care au fost martori (prin pornografie).

Iar dintre elevii de liceu mai mari, 31% dintre băieți și 18% dintre fete au recunoscut că au pus în practică în mod real unele dintre aspectele sexuale văzute în materialele pornografice, la distanță de câteva zile de la expunere. Aceasta sugerează în mod clar efectul de modelare sau efectul de imitare prin învățare precum și efectul de stimulare pe care chiar și pornografia non-violentă o are asupra comportamentului sexual uman la unele persoane.

MĂRTURIE: „Părinții unui băiat de 14 ani și-au adus copilul la cabinetul meu când au descoperit că își molesta sexual sora. În urma unei investigații, am descoperit că în casă există televiziune prin cablu, iar noaptea târziu, pe unul dintre canale, erau difuzate imagini sexuale foarte detaliate, dure și violente. Băiatul se trezea la două dimineata, cobora la parter și urmărea aceste filme noapte de noapte. Ele au devenit manualul de antrenament sau «educația sexuală» care l-au împins să-și agreseze sexual sora.”¹¹⁹ ■

¹¹⁸ Ibid.

¹¹⁹ V.B. Cline, *Pornography's Effects on Adults and Children, Morality In Media*, New York, 2001, p. 10.

Efectele pornografiei asupra comunităților de tineri

MĂRTURIE: „Am început să consum pornografie de la vârsta de 14 ani, mai mult din curiozitate. Mă furișam în camera tatălui meu și mă uitam la revistele interzise. Cu cât mă uitam mai mult, cu atât voiam mai mult. Ca adolescent, am furat literatură pornografică din librării pentru adulți în care nici măcar nu aveam vârsta legală pentru a intra.

Ca adult, închiriam filme porno. Aveam nevoie de material din ce în ce mai incitant pentru a-mi satisface plăcerile. La un moment dat, m-am îndreptat spre pornografia „pe viu”, alimentându-mi dependența în cluburi de striptis și cu spectacole erotice. Un lucru care începuse întâmplător s-a transformat într-o obsesie. Nu mă puteam detașa. Cu cât consumam mai multă pornografie cu atât mai mult căutam materiale mai dure. Îmi spuneam mereu că trebuie să mă opresc. Mă simțeam atât de vinovat, după, și îmi juram de fiecare dată că este ultima oară. Dar continuam să fac aceleași lucruri. Acesta era secretul meu cel mai întunecat, pentru că oricine ar fi aflat ce făceam m-ar fi respins cu siguranță.

La vârsta de douăzeci de ani cheltuiam între 300 și 400 de dolari pe săptămână pe dependența mea. Am început să mă duc la prostituate pentru că soția mea nu practica scenele pe care le văzusem în filmele porno – fantezii explicite, violente. Relațiile mele familiale au început să se deterioreze. Mergeam la prostituate în timpul pauzei de prânz și, uneori, din nou, în drum

spre casă, după terminarea serviciului. Și cariera avea de suferit.

La 26 de ani, toată rușinea, furia și agresivitatea din mine a crescut atât de mult încât am cedat. Am văzut o femeie singură, noaptea; o femeie care era întruchiparea tuturor fanteziilor mele. Am urmărit-o până la mașină, m-am năpustit înăuntru și am încercat să o violez. A scăpat și a făcut plângere.

Asta s-a întâmplat acum 20 de ani. A fost un drum lung și dureros pe calea vindecării. Consilierea intensivă, individuală, de grup și de familie m-au ajutat să-mi depășesc dependența, să mă iert și să respect femeile. Dacă eu am reușit să fac asta, oricine o poate face."¹²⁰ ■

Pornografia constituie poate cea mai mare problemă pentru viitorul copiilor și adolescenților de astăzi nu numai pentru că îl asediază direct pe copil sau adolescent, ci și pentru că le impune să trăiască într-un mediu extrem de vicios. Mulți, tot mai mulți dintre colegii sau prietenii lor consumând pornografie, aceasta devine un reper central al socializării copiilor și tinerilor zilelor noastre. De pildă, „în cadrul unui studiu realizat în anul 2004 de către Universitatea Columbia, s-a constatat că 11.5 milioane de adolescenți (45%) au prieteni care vizualizează și descarcă în mod regulat materiale pornografice de pe internet.”¹²¹

De asemenea, preponderența adolescenților ai căror prieteni vizualizează pornografie pe internet crește odată cu vârsta. Băieții prezintă o probabilitate mult mai

¹²⁰ V. Cline, *Compulsive Sexual Behavior and Sex Addiction: Too much of a good thing?* National Coalition for the Protection of Children & Families, Cincinnati, Ohio, SUA, 1999.

¹²¹ „National Survey of American Attitudes on Substance Abuse IX: Teen Dating Practices and Sexual Activity”, Centrul Național pentru Dependență și Abuzul de Substanțe de la Universitatea Columbia, p. 6, citat în C. C. Radsch, „Teenagers’ Sexual Activity Is Tied to Drugs and Drink”, *New York Times* din 20 august, 2004, p. A14.

mare decât fetele de a avea prieteni consumatori de pornografie virtuală. Într-un alt studiu¹²², 65% dintre băieții în vârstă de 16 și 17 ani au declarat că aveau prieteni care accesau și descărcau în mod regulat materiale pornografice de pe internet.”¹²³ În acest context, pornografia ajunge să definească normele comportamentale ale tinerilor, împingând, în consecință, la înșelăciune, agresiune și abuz.

Există numeroase dovezi ale utilizării pornografiei de către copii și adolescenți pentru a-și impune unul altuia un comportament sexual, în timp ce adulții educă și constrâng copiii prin aceleași mijloace. Un terapeut declara: „De asemenea, sunt martor cum tot mai multe adolescente tolerează abuzul emoțional, fizic și sexual în relațiile lor, simțind o presiune pentru a se integra în grupuri de fete alături de care să vizioneze și să producă materiale pornografice, ca o metodă de a atrage atenția băieților asupra lor, astfel fiind considerate de prietenii lor «lipsite de prejudecăți» și «cool». Totodată, ele tind să accepte ca normal abuzul sexual la care sunt supuse pentru motivul că văd acte similare în pornografie.”¹²⁴ Într-adevăr, dintr-un studiu recent, reiese că adolescentele care declară că au avut contact cu pornografia întrunesc mai multe condiții pentru a raporta că au fost victime ale violenței pasive, fiind supuse hărțuirii sexuale sau relațiilor sexuale forțate de către prieteni sau cunoștințe de sex masculin.¹²⁵

¹²² „National Survey of American Attitudes on Substance Abuse IX: Teen Dating Practices and Sexual Activity”, p. 23.

¹²³ M. Eberhardt, A. M. Layden, *op.cit.*

¹²⁴ Jill C. Manning, *op. cit.*

¹²⁵ Bonino, S.; Ciairano, S.; Rabaglietti, E. și Cattellino, E., „Use of Pornography and Self-Reported Engagement in Sexual Violence Among Adolescents”, *European Journal of Developmental Psychology*, No. 3, 2006, pp. 265–88.

Copiii traumatizați de pornografie devin ei înșiși agresori

Prin pornografie, copiilor li se oferă un model extrem de nociv. „Pornografia nu dezvăluie modul în care un cuplu adevărat negociază un conflict sau își făurește intimitatea. Majoritatea psihologilor pediatri își exprimă îngrijorarea în legătură cu faptul că pornografia prin internet – din care o bună parte este «similară unui viol» – este «o metodă brutală de introducere în sexualitate.»”¹²⁶

Într-un studiu realizat pe un eșantion reprezentativ de 804 adolescenți italieni, se pune în evidență faptul că, în cazul băieților care au avut contact cu pornografia, există o probabilitate mult mai mare să declare că „și-au hărțuit sexual un coleg sau că au forțat pe cineva să întrețină relații sexuale.”¹²⁷

MĂRTURIE: „Din practica mea privată: doi frați, cu vârstele de 9 și 10 ani, au dat din întâmplare peste casele video cu conținut pornografic ale părinților lor și le-au vizionat timp de mai multe luni, în timp ce tatăl și mama lor erau la serviciu. Mai târziu, au forțat două verișoare mai mici, precum și un băiat din vecini să vadă casele, apoi i-au dezbrăcat pe toți trei și le-au introdus forțat în rect gunoaie, bețe și pietre mici, apoi i-au forțat să facă sex oral și anal, amenințându-i că îi vor împușca cu un pistol cu aer comprimat dacă vor spune cuiva. Acest abuz a continuat aproape un an până să fie descoperit, când unul dintre copiii abuzați nu a mai putut suporta și a găsit curajul să vorbească.”¹²⁸ ■

¹²⁶ M. Eberhadrt, A. M. Layden, *op.cit.*.

¹²⁷ Bonino, S. et. al., *op. cit.*, 2006.

¹²⁸ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 10.

Într-un studiu efectuat pe 101 copii cu un comportament sexual abuziv din Australia, s-a dovedit o agresivitate sporită în cazul băieților care au avut contact cu pornografia. Un sfert dintre participanți au declarat că fie un frate sau o soră mai mare, fie un prieten le-au arătat cum să acceseze aceste materiale; un alt sfert a declarat că accesarea siturilor cu conținut pornografic a fost motivul principal pentru care au intrat pe internet. Aceste studii îndreaptă atenția spre o realitate mai îngrijorătoare legată de accesul actual al copiilor la internet, inclusiv la pornografia prin internet: majoritatea părinților nu știu ce fac copiii lor. Aproape toți acești părinți au declarat separat că s-au îndoit că fiii și fiicele lor vor accesa materiale pornografice pe internet.¹²⁹

De asemenea, un studiu axat pe abuzatorii sexuali tineri a demonstrat că majoritatea covârșitoare a acestora au fost expuși la pornografie în vremea copilăriei; mai exact, 29 din 30 de abuzatori sexuali tineri au vizionat reviste și filme porno, iar vârsta medie la care au avut primul contact cu acestea a fost de circa 7 ani și jumătate.¹³⁰

Cum își racolează pornografia adepții

„Deși majoritatea părinților din Statele Unite (78%) își fac griji deoarece copiii lor ajunși la vârsta adolescenței accesează situri pornografice, nu toți adolescenții aderă imediat la această cultură sexualizată. La început, majori-

¹²⁹ Goodenough, P., „Online Porn Driving Sexually Aggressive Children”, *CNS-News.com* din 26 noiembrie, 2003.

¹³⁰ Wieckowski, E., Hartsoe, P., Mayer, A. și Shortz, J., „Deviant Sexual Behavior in Children and Young Adolescents: Frequency and Patterns”, *Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment* 10, No. 4, 1998, pp. 293–304.

tatea nu se simt în largul lor la vederea unei imagini pornografice: au tendința de a se simți deranjați ori de a se rușina¹³¹, reacțiile variind de la teamă la rușine, de la furie la fascinație.¹³² În cadrul unei anchete, aproximativ un sfert dintre subiecți s-au arătat „foarte” deranjați la expunerea unor materiale pornografice¹³³, însă au tendința de a nu raporta această întâmplare.¹³⁴

De multe ori, adolescenții se întâlnesc accidental cu pornografia pe Internet. Cercetările efectuate în cadrul unui studiu au descoperit că 70% din tineretul cu vârsta cuprinsă între 15 și 17 ani a dat din greșală peste pornografia online¹³⁵. Un studiu întreprins pe un număr de 1.501 tineri, cu vârste cuprinse între 10 și 17 ani, a analizat mai în detaliu incidentele de expunere nedorită: în 26% dintre cazuri, respondenții au declarat că, atunci când au încercat să iasă de pe un site nedorit, au fost transferați pe un site adițional¹³⁶, cu un conținut sexual identic. Același studiu a arătat că, din numărul total de incidente cu expune-

¹³¹ Feilitzen, C. Von și Carlsson, U., *Children in the New Media Landscape: Games, Pornography, Perceptions*, Goteburg: UNESCO/Nordicom, 2000.

¹³² Cantor, J., Mares, M.L. și Hyde, J.S., „Autobiographical memories of exposure to sexual media content”, *Media Psychology*, No. 5, 2003, pp. 1-31: „Reacțiile emoționale cele mai obișnuite la materialele sexuale explicite (nu neaparat online) erau dezgustul (24.5%), șocul sau surpriza (23.6%), jena (21.4%), interesul sau curiozitatea (20.9%), furia (18.4), amuzamentul (15.3%), frica (11.2%) și tristețea (9.2%)”

¹³³ Mitchell, Kimberly J., Finkelhor, David și Wolak, Janis, „Victimization of Youths on the Internet”, *Journal of Aggression, Maltreatment, & Trauma*, No. 8, 2003, pp. 1-39 (9).

¹³⁴ Wigley, K. și Clarke, B., *National Opinion Poll's Kids.net (2000)*, disponibil la adresa: <http://www.nop.co.uk>, accesat în ianuarie 2003), în S. Livingstone, „Children's Use of the Internet: Reflections on the Emerging Research Agenda”, *New Media & Society*, No. 5, 2003, pp. 147-66 (156).

¹³⁵ Henry J. Kaiser Family Foundation Report (2002), disponibil la adresa: <http://www.kff.org/entmedia/loader.cfm?url=/commonspot/security/getfile.cfm&PageID=14095>, accesă în 19 octombrie 2009.

¹³⁶ Mitchell, K.J.; Finkelhor, D. și Wolak, J., „Victimization of Youths on the Internet”, 2003, p. 18.

re nedorită la pornografie, în 44% dintre cazuri tinerii nu au făcut cunoscut evenimentul nimănui.¹³⁷

Cu toate acestea, reacțiile inițiale de dezgust se disipează rapid, astfel încât adolescenții mai în vârstă au tendința să folosească materialele cu un conținut sexual explicit de pe Internet mult mai des decât adolescenții mai tineri¹³⁸ și sunt de două ori mai predispuși ca aceștia din urmă să povestească anturajului despre consumul intenționat de pornografie.¹³⁹ Expunerea repetată la pornografie îndepărtează în cele din urmă sentimentele de jenă și dezgust.¹⁴⁰

Există o serie de factori care deconspiră consumul de pornografie în rândul adolescenților. Aceia dintre ei care vizualizează materiale pornografice mai des au tendința de a deveni persoane în căutare de senzații tari, sunt mai puțin mulțumiți de viața pe care o au, dețin conexiune rapidă la Internet și au prieteni care sunt mai tineri ca ei.¹⁴¹ Există un risc mult mai mare pentru adolescenții cu abilități sporite de folosire a calculatorului să caute intenționat material cu un conținut sexual. Cu cât petrec mai mult timp în fața calculatorului, cu atât sunt mai predispuși să caute material cu un conținut sexual explicit.¹⁴² Deloc surprinzător – ținând cont de tot ceea ce s-a discutat până acum –, cei care se masturbează în timp ce privesc

¹³⁷ *Ibidem*, p. 19.

¹³⁸ Peter, Jochen și Valkenburg, Patt M., „Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Material on the Internet”, *Communication Research*, No. 33, 2006, p. 591.

¹³⁹ M.L. Ybarra, K.J. Mitchell, *op.cit.*

¹⁴⁰ Weaver, J.B., „The Effects of Pornography Addiction on Families and Communities”, 2004, p. 2.

¹⁴¹ Peter, J. și Valkenburg, P.M., „Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Material on the Internet”, 2006, pp. 178-204 (196, 200).

¹⁴² Nosko, Amanda; Wood, Eileen și Desmarais, Serge, „Unsolicited Online Sexual Material: What Affects Our Attitudes and Likelihood to Search for More?”, *The Canadian Journal of Human Sexuality*, No. 16, 2007, pp. 1-10 (6-7).

scene de sex explicit apreciază mult mai mult respectivul material decât cei care nu se masturbează.¹⁴³

Există o diferență între motivele băieților și cele ale fetelor care caută situri pornografice, diferențe care fac o paralelă între tipologiile diferite de bărbați și femei adulte ce consumă pornografie. Inițial, băieții au tendința să caute pornografie deoarece sunt curioși ori doresc o excitare sexuală, în timp ce fetele au inițial tendința de a accesa situri non-pornografice, dar cu un conținut sexual, pentru a se informa pe probleme de sănătate sexuală sau de cuplu.¹⁴⁴ De asemenea, impactul este diferit în cazul băieților și al fetelor: partea masculină are amintiri mult mai «plăcute» decât partea feminină¹⁴⁵ despre scenele de sex explicit și are o predispoziție mult mai mare către explorarea sexuală¹⁴⁶ în afara unei relații stabile pe măsură ce consumul de pornografie se intensifică.¹⁴⁷ În acest sens, la adolescenții care vizionează scene cu un conținut sexual se observă o creștere cu 50% a probabilității de a iniția un raport sexual¹⁴⁸.

¹⁴³ Boies, S.C., „University Students' Uses of and Reactions to Online Sexual Information and Entertainment”, p. 86.

¹⁴⁴ Cameron, Kenzie A.; Salazar, Laura F.; Bernhardt, Jay M.; Burgess-Whitman, Nan; Wingood, Gina M. și DiClemente, Ralph J., „Adolescents' Experience with Sex on the Web: Results from Online Focus Groups”, *Journal of Adolescence*, No. 28, 2005, pp. 535-40.

¹⁴⁵ Greenfield, Patricia M., „Inadvertent Exposure to Pornography on the Internet: Implications for Peer-to-Peer File Sharing Networks for Child Development and Families”, *Applied Developmental Psychology*, No. 25, 2004, pp. 741-50 (744-5).

¹⁴⁶ Peter, J. și Valkenburg, P.M., „Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Internet Material, Sexual Uncertainty, and Attitudes toward Uncommitted Sexual Exploration: Is There a Link?” *Communication Research*, No. 35, 2008, pp. 579-601 (595).

¹⁴⁷ Patrick F. Fagan, *op. cit.*

¹⁴⁸ Collins, Rebecca L.; Elliott, Marc N.; Berry, Sandra H.; Kanouse, David E.; Kunkel, Dale; Hunter, Sarah B. și Miu, Angela, „Watching Sex on Television Predicts Adolescent Initiation of Sexual Behavior”, versiune electronică, *Pediatrics*, No. 114, 2004, pp. e280-9 (e284-5).

Cum modelează pornografia comportamentul sexual, precum și viitorul conjugal și familial al tinerilor¹⁴⁹

temperează reacțiile de respingere a materialului care mai înainte fusese perceput ca ofensator;
mărește toleranța față de materialele sexuale explicite, urmarea fiind cererea crescută de materiale noi sau bizare pentru a atinge același nivel de excitație sexuală sau de interes, percepții greșite la nivelul populației cu privire la activitatea sexuală exagerată și prevalența unor practici sexuale mai puțin comune, cum ar fi sexul în grup, bestialitatea și activitatea sadomasochistă;
dă senzația că toată lumea este preocupată până la obsesie de actele sexuale;
conduce la supraestimarea predominării practicilor sexuale mai puțin obișnuite (Ex: sexul în grup, violența, sadomasochismul);
scade încrederea în partenerul intim;
dezvoltă un sentiment cinic legat de dragoste;
cultivă credința că o satisfacere sexuală superioară este posibilă fără afecțiunea unuia pentru celălalt;
întărește convingerea că mariajul inhibă sexualitatea;
sporește credința că a avea o familie și a crește copii este un ideal neatractiv;

¹⁴⁹ Zillman, D., „Influence of unrestrained access to erotica on adolescents' and young adults' dispositions toward sexuality”, *Journal of Adolescent Health*, No. 27, 2000, pp. 41–44.

dezvoltă o imagine negativă privind propriul trup (complex ce apare în special la femei) și acceptarea promiscuității ca pe o relaționare normală.¹⁵⁰

Robert E. Freeman-Longo, cunoscut expert în evaluarea, prevenirea și remedierea abuzului sexual, mai adaugă la această listă și:

- un risc crescut pentru dezvoltarea sau acceptarea constrângerii sexuale;
- un risc crescut pentru dezvoltarea dependenței sexuale;
- un risc crescut pentru expunerea la informații incorecte despre comportamentul sexual omenesc (Ex.: bestialitate sau pedofilie).¹⁵¹

Efectul asupra comportamentului sexual

„În comparație cu generațiile trecute, tinerii zilelor noastre ajung la pubertate mai devreme, se angajează în relații sexuale timpuriu, dar se căsătoresc mult mai târziu”.¹⁵²

În anul 2005, un grup de cercetători suedezi a examinat legătura dintre consumul de pornografie și practicile sexuale în 718 facultăți, printre studenții din 47 de grupe diferite.¹⁵³ Au fost constatate următoarele:

¹⁵⁰ Siegel, S., *Applying social comparison theory to women's body image and self-esteem: The effects of pornography*: Disertație susținută la Universitatea Pacific, Palo Alto, CA.

¹⁵¹ Freeman-Longo, R. E., „Children, teens, and sex on the Internet”, *Sexual Addiction & Compulsivity*, No. 7, 2000, pp. 75–90.

¹⁵² Longo, R. E.; Brown, S. M. & Price Orcutt, D., „Effects of Internet sexuality on children and adolescents”, în A. Cooper (Ed.), *Sex and the Internet: A guidebook for clinicians*, New York: Brunner-Routledge, 2002, pp. 87–105.

¹⁵³ Häggström-Nordin, E.; Hanson, U. & Tydén, T., „Associations between pornography consumption and sexual practices among adolescents in Sweden”, *International Journal of STD & AIDS*, No. 16(2), 2005, pp. 102–107.

internetul și televiziunea sunt mijloacele cele mai obișnuite pentru consumul de pornografie;
83% dintre tineri vizionează pornografie acasă;
71% cred că pornografia influențează comportamentul sexual al celorlalți;
29% au afirmat că pornografia a avut o influență asupra propriului comportament sexual, dar într-un sondaj suedez precedent din 2004, 53% dintre tineri afirmaseră că pornografia le-a influențat comportamentul sexual, prin faptul că i-a „inspirat”¹⁵⁴;
„consumatorii mari de pornografie” și bărbații cu o vârstă fragedă pentru relaționarea sexuală (15 ani) sunt mult mai dispuși să se angajeze în activități sexuale precum sexul oral, sexul în grup și sexul anal decât consumatorii ocazionali de pornografie și femeile;
practicarea sexului anal cu o amică (o persoană față de care nu simțea dragoste) este un fenomen corelat în mod semnificativ cu consumul de pornografie”¹⁵⁵;
„Consumul de pornografie la băieți este legat de o creștere semnificativă a raporturilor sexuale cu partenere de ocazie¹⁵⁶, fiind cel mai probabil un corelat al așa-zisei culturi a «agățatului»”¹⁵⁷;

¹⁵⁴ Tydén, T. & Rogala, C., „Sexual behavior among young men in Sweden and the impact of pornography”, *International Journal of STD & AIDS*, No. 15(9), 2004, pp. 590–593.

¹⁵⁵ Jill C. Manning, *op. cit.*

¹⁵⁶ Häggström-Nordin, E.; Hanson, U. & Tydén, T., „Associations between pornography consumption and sexual practices among adolescents in Sweden”, 2005, pp. 102-7 (104-5).

¹⁵⁷ Patrick F. Fagan, *op. cit.*

Într-un studiu asupra adolescenților, Dolf Zillman de la Universitatea din Alabama arată că consumul regulat de pornografie conduce în mod frecvent la infidelitate față de prietene sau prieteni.¹⁵⁸

„Vizionarea de pornografie printre adolescenți îi dezorientează pe aceștia în cursul acelei faze de dezvoltare în care trebuie să învețe cum să facă față propriei sexualități și în care prezintă cea mai mare vulnerabilitate față de nesiguranța privitoare la concepțiile lor asupra sexualității și la valorile morale.¹⁵⁹ Un studiu realizat asupra a 2.343 de adolescenți a descoperit că materialele de pe Internet cu subiect explicit sexual le creșteau acestora în mod semnificativ incertitudinile asupra sexualității.¹⁶⁰ Studiul a mai arătat că¹⁶¹ expunerea crescută la materiale online explicit sexuale înmulțea atitudinile favorabile față de experimentarea sexuală cu parteneri în afara căsniciei și scădea angajamentul unuia dintre soți față de celălalt.”¹⁶²

În prima fază, pornografia generează sentimente de rușine¹⁶³, care sunt înlocuite mai târziu de o scădere a auto-respectului.¹⁶⁴ Aceste sentimente contribuie desigur la apa-

¹⁵⁸ Zillmann, D., „Influence of Unrestrained Access to Erotica”, p. 42.

¹⁵⁹ Peter, J. și Valkenburg, P.M., „Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Internet Material, Sexual Uncertainty, and Attitudes Toward Uncommitted Sexual Exploration: Is There a Link?”, 2008, pp. 579-601 (581).

¹⁶⁰ *Ibidem.*, p. 596.

¹⁶¹ *Ibidem.*, p. 595.

¹⁶² Patrick F. Fagan, *op. cit.*

¹⁶³ Johansson, Thomas și Hammarén, Nils, „Hegemonic Masculinity and Pornography: Young People's Attitudes Toward and Relations to Pornography”, *The Journal of Men's Studies*, No. 15, 2007, pp. 57-70 (64).

¹⁶⁴ Morrison, Todd G.; Ellis, Shannon R.; Morrison, Melanie A.; Bearden, Anomi și Harriman, Rebecca L., „Exposure to Sexually Explicit Material and Variations in Body Esteem, Genital Attitudes, and Sexual Esteem Among a Sample of Canadian Men”, *The Journal of Men's Studies*, No. 14, 2006, pp. 209-22 (216-7).

riția frustrării și a complexelor, însoțite de o lezare semnificativă a demnității persoanei respective.

În perioada în care tinerii ar trebui să-și intensifice relațiile sociale, pornografia intensifică sentimentul de singurătate¹⁶⁵ și conduce la apariția unor depresii majore.¹⁶⁶

Copiii care caută pornografie pe internet sunt de trei ori mai predispuși să se îndepărteze emoțional de părinții lor.¹⁶⁷

Pornografia este adevărata educație sexuală pe care o face statul modern noii generații

Se pune tot mai mult problema introducerii educației sexuale în școala românească, la recomandarea organismelor internaționale. Oare aceste instituții sunt atât de interesate de binele copiilor noștri? Dacă ar fi așa, de ce nu se interzice pornografia, despre care studiile spun că se constituie într-o adevărată educație sexuală (deviantă) pentru copii și adolescenți¹⁶⁸? Ar putea oare orele de educație sexuală din cadrul școlii să contracareze efectele negative ale educației pornografice? De ce nu este recomandat nici un studiu din cele care dovedesc acest adevăr? Din contră, urmărind programa de educație sexuală propusă de UNESCO, nu putem să nu constatăm că aceasta nu este nicidecum una care să promoveze abstinanța sau o viață sexuală sănătoasă. Programul de educație sexuală care se intențio-

¹⁶⁵ M.L. Ybarra, K.J. Mitchell, *op.cit.*

¹⁶⁶ Yoder, Vincent Cyrus; Virden, Thomas B. III și Amin, Kiran, „Internet pornography and Loneliness: An Association?”, *Sexual Addiction & Compulsivity*, No. 12, 2005, pp. 19-44 (30). Acesta a fost un studiu cuprinzând 400 de utilizatori individuali de pornografie pe Internet.

¹⁶⁷ M.L. Ybarra, K.J. Mitchell, *op.cit.*

¹⁶⁸ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.

nează a fi implementat oferă, de fapt, suportul instituțional a dezvoltării interesului pentru sex și chiar pentru practici ca masturbarea, cu care copiii trebuie să fie familiarizați în viziunea UNESCO chiar de la vârsta de 6 ani. În fond, avem de-a face cu o oficializare a educației pornografice desfășurată prin aproape întreaga mass-media.

Dacă, într-adevăr, există un interes pentru protejarea copiilor în spiritul Constituției României, instituțiile legislative sau executive ar trebui să demonstreze acest lucru în primul rând prin interzicerea pornografiei. Nu este oare mai firesc să păzești casa de foc, decât să te lupți cu un incendiu? Numai nebunii pun foc la casă ca mai pe urmă să înceapă să strige: „Focul, focul!”

Desigur, organismele internaționale care urmăresc controlul populației în spiritul dystopiei huxley-liene¹⁶⁹, pot fi direct interesate de promovarea pornografiei și a educației sexuale în școală, ca mijloace extrem de eficiente pentru reducerea populației. Aici însă trebuie să aibă un cuvânt de spus și opinia publică din țara noastră, în contextul în care sunt grav amenințate de pornografie atât sănătatea și moralitatea publică, cât și familia și celelalte instituții fundamentale ale statului și neamului românesc.

Cheltuieli prea mari și datorii

Cum de se câștigă peste 57 miliarde dolari din afacerea cu pornografie la nivel global, în condițiile în care internetul e plin de mesaje pornografice posibil de descărcat

¹⁶⁹ Vezi Aldoux Huxley, *Minunata lume nouă. Reîntoarcerea în minunata lume nouă*, Polirom, 2003.

gratuit¹⁷⁰? După cum demonstrează statisticile, consumul de pornografie gratuită se înregistrează mai cu seamă la început, la fel precum se întâmplă în cazul drogurilor. Însă, în momentul în care se instalează dependența¹⁷¹, individul este tot mai mult dispus să cheltuiască pentru a-și hrăni nevoia de pornografie cu mesaje din ce în ce mai dure și mai inedite. Cheltuielile medii se ridică în America la 50 \$ pe lună și ajung până la sume atât de mari încât psihoterapeuții semnalează cazuri în care datoriile ajung să depășească 30 000 \$¹⁷².

În aceste condiții, începe să se facă simțit și stresul financiar, o cauză tot mai importantă în nașterea conflictelor din interiorul familiei¹⁷³, observație susținută de date științifice sociologice.¹⁷⁴

Siguranța scăzută a locului de muncă

„Siguranța locului de muncă este și ea în pericol atunci când activitățile sexuale online se petrec la locul de

¹⁷⁰ „Statistici legate de pornografia pe Internet”, *Internet Filter Review*, document disponibil la adresa: <http://internet-filterreview.toptenreviews.com/internet-pornography-statistics.html> Document consultat la data de 3 iunie 2005.

¹⁷¹ King, S., „The impact of compulsive sexual behaviors on clergy marriages: Perspectives and concerns of the pastor's wife”, *Sexual Addiction & Compulsivity*, No. 10, 2003, pp. 193–199; Leiblum, S. & Döring, N., „Internet sexuality: Known risks and fresh chances for women”, în Cooper, A., „Sexuality and the Internet: Surfing into the new millennium”, *CyberPsychology & Behavior*, No. 1(2), 1998, pp. 22–23.

¹⁷² Manning, J.C., *A qualitative study of the supports women find most beneficial when dealing with a spouses sexually addictive or compulsive sexual behavior*, 2005, disertație doctorală în curs de publicare.

¹⁷³ American Academy of Matrimonial Lawyers, *Making marriage last*, 2005, document disponibil la adresa http://www.aaml.org/Marriage_Last/MarriageMain.htm, consultat la data de 3 iunie 2005.

¹⁷⁴ Lowenstein, L.F., „Causes and associated features of divorce as seen by recent research”, *Journal of Divorce & Remarriage*, No. 42(3/4), 2005, pp. 153–172.

muncă sau folosirea excesivă a computerului în altă parte afectează productivitatea din timpul zilei.”¹⁷⁵ Când se ia în considerare că aproximativ 70% din traficul conținutului pornografic se petrece între 9 a.m. și 5 p.m., în timpul săptămânii¹⁷⁶, riscul problemelor financiare și al celor legate de șomaj devine mai vizibil.

Un sondaj realizat de SurfControl (2000) a arătat că 59% din utilizarea Internetului la serviciu nu este legată de muncă¹⁷⁷, iar cercetările întreprinse de Goldberg (1998) au arătat că siturile cu conținut pentru adulți au fost pe locul patru la cea mai vizitată categorie pe Internet de la serviciu în luna aprilie 1998.¹⁷⁸

Multe companii, precum Xerox, au început să înăsprească politica de abuz pe Internet pentru concedierea angajaților care o încalcă.¹⁷⁹ Deși tot mai mulți angajatori implementează căi sofisticate de a monitoriza abuzul pe Internet și pentru a clarifica politica legată de aceste practici, angajații continuă să se implice în activități sexuale online, în special aceia care întrunesc criteriul pentru utilizarea compulsivă și dependentă de Internet. Ei sunt expuși celui mai mare risc de pierdere a locului de muncă și/sau acțiuni disciplinare de vreun fel.”¹⁸⁰

¹⁷⁵ Schneider, J.P., „A qualitative study of cybersex participants: Gender differences, recovery issues and implications for therapists”, *Sexual Addiction and Compulsivity*, No. 7, 2000, pp. 249–278; Schneider, J.P., „Rebuilding the marriage during recovery from compulsive sexual behavior”, *Family Relations*, No. 38, 1989, pp. 288–294.

¹⁷⁶ Carnes, P., *Contrary to love: Helping the sexual addict*, Minneapolis, MN: Comp-Care, 1989.

¹⁷⁷ Griffiths, M., „Internet abuse in the workplace: Issues and concerns for employers and employment counselors”, *Journal of Employment Counseling*, No. 40, 2003, pp. 87–96.

¹⁷⁸ Goldberg, A., *Monthly users report on adult sexually oriented sites for April 1998*, Washington, D.C.: Relevant Knowledge, 1998.

¹⁷⁹ Mirchandani, D., „Reducing Internet abuse in the workplace”, *SAM Advanced Management Journal*, No. 68(1), iarna 2003, pp. 22–26, 55.

¹⁸⁰ Jill C. Manning, *op. cit.*

Pornografia conduce la deviații sexuale, perversiuni și delincvență

„Nu are nicio importanță dacă persoana respectivă este medic, avocat, preot, atlet, director, rector de universitate eminent, muncitor necalificat sau un băiat de 15 ani. Toți pot fi condiționați spre deviere.”¹⁸¹

Când auzim despre indivizi care practică perversiunile sexuale, despre sado-masochiști sau despre violatori în serie, ne închipuim niște oameni bolnavi psihic, buni să fie internați la spitalele de psihiatrie sau închiși în pușcării pentru a nu pune în pericol corpul social. Unii ne imaginăm că toți acești oameni au moștenit o genă criminală, alții credeam că sunt răi așa cum orice criminal este pentru motive necunoscute nouă. Nimeni însă nu poate să accepte faptul că el însuși ar putea să ajungă să facă toate acele lucruri detestabile. Și, totuși, pornografia e în stare să transforme pe oricare dintre noi într-un pervers sexual, într-un delincvent.

Verificarea observației de mai sus a fost făcută și în experimentele realizate de dr. Stanley Rachman. El a demonstrat în cadrul mai multor experimente de condiționare în laborator că imaginile cu caracter erotic foarte pronunțat pot crea devieri sexuale la bărbații adulți. Nu a existat nici măcar o singură persoană dintre cele care au participat voluntar la experiment, care să nu fi dobândit

¹⁸¹ Cline, V.B., op. cit., p. 7.

o deviere sexuală (fetișism) în urma vizionării unor filmele cu caracter pornografic. Deci, 100% dintre bărbații care consumă pornografie pot căpăta o anumită deviere specifică temei prezentate accentuat în materialele pornografice consumate.¹⁸²

Condiționarea pentru deviere

Însăși dependența de sex poate fi socotită o deviație mentală produsă de pornografie. Psihologul Patrick Carnes (actualmente, cel mai important cercetător american din domeniul dependențelor sexuale) a constatat că dintre cei 932 de dependenți sexuali pe care i-a studiat, la 90% dintre bărbați și 77% dintre femei, pornografia a jucat un rol esențial în crearea dependenței. De asemenea, a constatat că în etiologia de început a comportamentului sexual dependent există două elemente comune: abuzul sexual în copilărie și/sau vizualizarea frecventă a materialelor pornografice, însoțită de masturbare¹⁸³.

Dependența de sex nu înseamnă, așa cum s-ar putea crede, dezvoltarea unui semnificativ apetit sexual care să fie satisfăcut în contextul vieții conjugale. Ea implică mai cu seamă apariția uneia sau mai multor deviații sexuale.

„Ca psiholog de clinică, mărturisește psihoterapeutul Cline, am tratat de-a lungul multor ani aproximativ 300 dependenți sexuali, delincvenți sexuali sau alte tipuri de persoane (96% bărbați) cu maladii sexuale. Acestea in-

¹⁸² Rachman, S., „Experimentally Induced Sexual Fetishism”, *Psychological Record*, vol. 18, 1968, p. 25.

¹⁸³ Carnes, Patrick, *Don't Call It Love: Recovery From Sexual Addictions*, New York: Bantam Books, 1991.

clud multe tipuri de comportamente sexuale nedorite, de tip compulsiv, precum și alte comportamente, precum: molestarea copiilor, exhibiționismul, voyeurismul, sado-masochismul, fetișismul și violul. Cu excepția câtorva cazuri, pornografia a fost un factor, care a contribuit sau a facilitat dobândirea de către aceste persoane a devierii lor comportamentale sau a dependenței lor sexuale.”¹⁸⁴

O mare parte din literatura de specialitate referitoare la terapia pentru devianții sexuali indică faptul că orientarea sexuală a acestor persoane poate fi uneori schimbată (re-condiționată) folosind filme cu conținut sexual explicit.¹⁸⁵

Ca o ironie, dr. Carnes a constatat și faptul că mulți terapeuți (psihologi, psihiatri și asistenți sociali) suferă de dependențe sexuale și comportamente sexuale inadecvate, „aplicate” După cum afirmă acest medic, „una dintre descoperirile care au rezultat din studiul nostru a fost că femeile dependente, care solicită ajutor psihoterapeutic, sunt adesea abuzate sexual de către terapeuții lor.”

De asemenea, ratele de asigurări pentru malpraxis ale terapeuților au crescut vertiginos în ultimii ani, în parte din cauza proceselor intentate unui număr semnificativ dintre colegii lor, care au abuzat sexual sau au exploatat pacienți în timpul tratamentului. Acest lucru indică faptul că acest comportament sexual compulsiv constituie o problemă chiar și pentru specialiștii din branșa terapeuților.¹⁸⁶

¹⁸⁴ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.

¹⁸⁵ Marquis, J.N., "Orgasmic Reconditioning: Changing Sexual Object Choice Through Controlling Masturbation Fantasies", *J. Behav. Ther. & Exp. Psychiat.*, vol. 1, 1970, pp. 263-71.

¹⁸⁶ Blanchard, G.T., "The Role of Sexual Addictions in the Sexual Exploitation of Patients by Male Psychiatrists", *Am Journal of Preventive Psychiatry & Neurology*, primăvara 1991.

Întipărirea în creier a imaginilor sexuale

Cercetările realizate de psihologul J.L. McGaugh¹⁸⁷ au scos în evidență mecanismul principal prin care pornografia reușește să schimbe aproape complet modul de a gândi, sentimentele, comportamentul și așteptările omului după numai câteva săptămâni de expunere la mesajul pornografic. El a constatat că experiențele care au loc pe fondul unei intense excitații emoționale, după cum este și starea de excitație sexuală, se imprimă cu putere în creier prin acțiunea adrenalinei și nu mai pot fi șterse cu ușurință. Prima consecință a acestui fapt este aceea că amintirile acestor experiențe vor reveni în memorie cu efectul ușor de bănuir al restimulării sau reexcitării sexuale. Așadar, vizionarea de pornografie mai mult decât oricare altă experiență este capabilă să lase o urmă adâncă în memoria și în conștiința noastră.

Calea spre a-ți crea singur o maladie sau o deviație sexuală

În prima fază, amintirile pornografice nu au decât calitatea unor fantezii sexuale, pe care, la nivelul conștiinței, cel mai probabil, omul refuză ca să le pună în practică. Simple reverii ce par inofensive.

Lucrurile nu au cum să se oprească aici atâta timp cât atenția individului stăruie asupra acestora și nu se luptă cu ele, respingându-le. Aceasta pentru că excitația sexuală pe care o induc scenariile pornografice, ce pun încet-încet stă-

¹⁸⁷ Cal Tech, Parent that takes care of offspring tends to outlive the other parent, study shows.(1998) Retrieved November 4, 2004 from Cal Tech press release Web site.

pânire pe minte, devine atât de intensă și anxioasă, încât individul este nevoit să recurgă la masturbare pentru a se descărca, pentru a reduce această tensiune sexuală. Orgasmul obținut pe această cale, însă, va încheia ciclul unui pseudo-act sexual, care prin însăși natura sa are puterea de a recunoaște și consolida drept dezirabile și normale scenariile erotice care au produs excitația¹⁸⁸. Mecanismul consolidării noului comportament sexual este explicat de Struthers prin faptul că eliberarea de oxitocină la momentul apariției orgasmului cimentează legătura între individ și imaginile pornografice respective¹⁸⁹. Acestea se substituie soțului sau soției, devenind în mod virtual un fel de partener sexual.

Prin urmare, după cum observa V. Cline, „masturbarea pe fondul fanteziilor erotice, întărește conexiunea dintre excitația sexuală, orgasm și scena sau imaginea respectivă, evocată repetat în minte”¹⁹⁰. Acesta este în mod esențial mecanismul prin care pornografia, mai mult decât oricare altă tehnică, comportament sau mesaj, reușește o adevărată condiționare de tip pavlovian. Care sunt efectele acestei condiționări?

1. apare o disociere pronunțată între actele sexuale și dragoste sau simpla afecțiune;
2. expunerea la experiențe sexuale deviante prin intermediul pornografiei, urmată de masturbare – în timp ce persoana brodează mental pe marginea imaginilor respective – conduce inevitabil la deviații sexuale¹⁹¹;

¹⁸⁸ „Preserving the Presence of the Past”, *American Psychologist*, februarie 1983, p. 161.

¹⁸⁹ Struthers, William M., *Wired for intimacy. How pornography hijacks the brain*, Inter Varsity Press, 2009.

¹⁹⁰ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.

¹⁹¹ McGuire, R.J., et al., „Sexual Deviations as Conditioned Behavior: A Hypothesis”, *Behavior Research Therapy*, vol. 2, 1965, p. 185.

3. colonizarea gândirii și imaginației individului cu asocieri pornografice;
4. în percepția consumatorilor de pornografie, femeia ajunge să fie privită ca un obiect sexual;
5. filmele care asociază excitarea sexuală cu rănirea, violarea umilirea sau torturarea femeii, prin mecanismele enunțate anterior, vor condiționa excitația sexuală de aceste acte. Adică, bărbații vor simți nevoia să-și chinuiască soțiile sau femeile cu care întrețin relații sexuale pentru a se putea excita sexual.

Consumatorii de pornografie nu mai pot iubi, stăpâniți fiind de un *alter ego* întunecat, născut și hrănit la nivelul subconștientului prin pornografie

MĂRTURIE: „Mă mârșăiește faptul că pornografia a reușit să distrugă căsnicia noastră.” ne mărturisește Hana. „Încercam să vorbesc cu Ricardo, dar el pur și simplu era absent. Se autoizola și se înfuria. Dependența lui de pornografie a creat un alter ego căruia nu-i mai păsa de mine. Din punct de vedere emoțional, el s-a retras din relația noastră, din familia noastră, și trăirea lui se manifesta între o pornografie și alta. Se lăsa consumat complet de către acestea și dragostea mea nu mai reușea să ajungă până la el.”¹⁹² ■

Cline observă scăderea capacității de a iubi la persoanele condiționate să se excite sexual în relație cu materia-

¹⁹² Wendy Maltz, Larry Maltz, *The Porn Trap The Essential Guide to Overcoming Problems Caused by Pornography*, Harper Collins Publishers Inc, 2009.

lele pornografice. Se naște o prăpastie între viața sexuală și cea afectivă, interpersonală. Și ceva foarte straniu:

„Latura sexuală a acestor persoane devine, într-un anumit sens, dezumanizată. Mulți dintre ei capătă un «alter ego» (sau o latură întunecată), a cărei esență constă într-o poftă antisocială, lipsită de cea mai mare parte a valorilor. Cu timpul, «punctul maxim» de plăcere obținut din masturbarea în fața pornografiei devine mai important decât relațiile din viața reală. [...] Nu are nicio importanță dacă persoana respectivă este medic, avocat, preot, atlet, director, rector de universitate eminent, muncitor necalificat sau un băiat de 15 ani. Toți pot fi condiționați spre deviere.”¹⁹³ Devierea în acest caz constă în anularea capacității de a întreține o relație sexuală normală cu soția sau soțul. Viața sexuală a individului se mută pe alte coordonate, din care soția și relația afectivă cu aceasta sunt excluse.

„Procesul de condiționare prin masturbare este inexorabil și nu se retrage în mod spontan. Parcursul acestei maladii poate fi lent și este aproape întotdeauna invizibil lumii exterioare. De obicei, constituie o parte secretă a vieții unui om și, întocmai ca un cancer, crește și se răspândește continuu. Foarte rar ajunge să se oprească și este și foarte dificil de tratat și de vindecat. Negarea de către dependentul masculin și refuzul de a se confrunța cu problema sunt reacții tipice și previzibile, iar acest lucru conduce aproape întotdeauna la ruperea armoniei din căsnicie sau cuplu, uneori la divorț, iar alteori la întreprinderea altor relații intime.”¹⁹⁴

¹⁹³ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.

¹⁹⁴ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.

Toate devierile sexuale indică faptul că acestea sunt comportamente dobândite

Deși s-a încercat în ultimele decenii demonstrarea faptului că tiparele comportamentale patologice din punct de vedere sexual sunt transmise ereditar, în final, s-a ajuns la o concluzie contrară: deviațiile sexuale precum violul, incestul, pedofilia, exhibiționismul, promiscuitatea etc. sunt comportamente dobândite prin condiționare.

„După cum explică McGuire, pe măsură ce un bărbat se masturbează în mod repetat pe fondul unei fantezii vii, ca unic mijloc de eliberare a energiei lui sexuale (declanșată de o experiență reală sau poate de pornografie), experiențele generatoare de plăcere ajung să-i confere fanteziei deviante (viol, molestarea unor copii, rănirea partenerului în timpul actului sexual etc.) o valoare erotică din ce în ce mai mare. Orgasmul prin care trece persoana în acel moment furnizează evenimentul esențial pentru condiționarea fanteziei care precedă sau însoțește actul respectiv.”¹⁹⁵

McGuire indică faptul că orice tip de deviere sexuală poate fi dobândit în acest mod, că poate include mai multe devieri care nu au legătură unele cu altele, la aceeași persoană, și că această deviere nu poate fi eliminată nici măcar printr-un sentiment puternic de vinovăție.”¹⁹⁶

Capacitatea unică pe care o are masturbarea – pe fondul fanteziilor sexuale produse de pornografie – de a condiționa deviații sexuale este demonstrată de o mulțime de studii¹⁹⁷

¹⁹⁵ McGuire, R.J. et. al., „Sexual Deviation as Conditioned Behavior”, *Behavior Research & Therapy*, vol. 2, 1965, p. 185.

¹⁹⁶ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.

¹⁹⁷ Evans, D. R., „Masturbatory Fantasy & Sexual Deviation”, *Behavioral Research & Therapy*, vol. 6, 1968, p. 17; și: Jackson, B.T., „A Case of Voyeurism Treated by Counter Conditioning”, *Behavior Research & Therapy*, vol. 7, 1969, p. 133.

Condiționarea comportamentului sexual deviant de la vârsta copilăriei

Chiar și copiii pot fi condiționați să aibă un comportament sexual deviant înainte ca aceștia să fie maturizați sexual pe plan psihologic, nervos și hormonal. Într-un studiu desfășurat în 1998 s-a constatat că dintr-un eșantion de 30 minori care au săvârșit infracțiuni sexuale, 29 fuseseră expuși la reviste sau materiale video pornografice, vârsta medie a expunerii fiind de 7,5 ani¹⁹⁸.

Exhibiționismul și voyerismul sunt condiționate prin vizionarea de pornografie

Dintr-un studiu realizat în Suedia rezultă că atât exhibiționismul (dezbrăcarea sau desfășurarea actelor sexuale în fața unor persoane străine sau în public), cât și voyerismul (a se excita sexuală determinată de privirea actelor sexuale desfășurate de alte persoane) sunt strâns legate de consumul de pornografie¹⁹⁹.

Și travestismul poate fi condiționat prin pornografie

Într-un studiu desfășurat în anul 2005 s-a constatat, de asemenea, că și fetișul travestiților este legat puternic de folosirea crescută a pornografiei²⁰⁰.

¹⁹⁸ Wieckowski, E., Hartsoe, P., Mayer, A., and Shortz, J. 1998. „Deviant sexual behavior in children and young adolescents: Frequency and patterns. Sexual Abuse”, *A Journal of Research and Treatment*, 10, 4, 293-304.

¹⁹⁹ Langstrom, N. & Seto, M. (2006). „Exhibitionistic and voyeuristic behavior in a Swedish national population survey”, *Archives of Sexual Behavior*, 35, 427-435.

²⁰⁰ Langstrom, N. & Zucker, K.. „Transvestic fetishism in the general population: Prevalence and correlates”, *Journal of Sex and Marital Therapy*, 2005, 31, 87-95.

Nu există nici o îndoială: din numeroase studii rezultă faptul că pornografia este în societatea noastră principalul factor de risc în condiționarea comportamentelor sexuale deviate. Natura deviației și gradul de dependență sunt proporționale cu timpul alocat vizionării de pornografie și frecvenței cu care s-a apelat la masturbare în condițiile vizualizării deviației sexuale respective. În general, s-a demonstrat că un exhibiționist poate deveni ușor și voyerist, și invers, sau toți pot ajunge la sado-masochism și pedofilie. Este vorba doar de istoricul personal al consumului de material pornografic, de tipul scenariilor cu care a fost intoxicată fantezia fiecăruia.

Colonizarea gândirii și imaginației individului prin asocieri pornografice

Încă de la începutul anilor '70 s-a demonstrat științific că 100% dintre bărbații supuși la experimente de condiționare în laborator ajung să asocieze automat obiecte și situații obișnuite cu imagini pornografice. De pildă, Rachman a constatat că orice bărbat poate ajunge să se excite sexual numai văzând o cizmă de femeie. Fetișizarea a fost realizată prin expunerea subiecților voluntari la imagini pornografice în care femei dezbrăcate erau asociate cu imaginea unei cizme. Rezultatul acestui experiment și a altora asemănătoare constituie baza științifică a folosirii pornografiei ca tehnică de colonizare a imaginației și gândirii omului. Adică, este suficient să vizionezi un film pornografic în care este asociată o situație obișnuită din viața de toate zilele cu imagini erotice, pentru a se condi-

ționa declanșarea fanteziilor și a excitației sexuale atunci când aceste situații vor fi întâlnite în realitate. Exemplu pe care ni-l prezintă dr. V. Cline este sugestiv:

Este vorba despre „un film de 8 min., comercializat de o firmă din Los Angeles, care prezintă două fete-cer-cetaș, în uniformele lor verzi, care vând biscuiți din ușa în ușă. La una din locuințe, sunt invitate înăuntru de un bărbat adult, agresiv sexual, care începe imediat să le seducă și să le supună unei serii întregi de acte sexuale neobișnuite și extrem de explicite, toate înfățișate în cele mai mici detalii. Fetele sunt prezentate ca și cum această orgie sexuală le-ar face o mare plăcere.

Acest tip de film este ceea ce se numește în mod obișnuit un film pornografic „*hardcore*” (total, fără rezerve, absolut). Este genul de stimulent pornografic (în cazul acesta, un film) pe care spectatorul de sex masculin îl poate privi iarăși și iarăși, fie în intimitatea locuinței sale, fie în mintea lui, pentru plăcerea lui sexuală.”²⁰¹

Potrivit legilor condiționării descrise mai sus, atunci când bărbații care și-au îmbătat simțurile cu vederea și revederea acestui filmuleț vor întâlni în viața reală o situație asemănătoare (de exemplu, niște fete care fac un sondaj de opinie), se vor excita sexual și vor simți impulsul să le atragă într-o relație sexuală sau chiar să le violeze. Condiționarea, după cum vom putea constata în continuare, le spune că fetele respective chiar își doresc să fie violate, deși se împotrivesc pe față la aceasta.

Prin urmare, producătorii de pornografie, atunci când montează scenariul unui film în care niște situații obișnuite de viață sunt asociate cu acte pornografice, știu că astfel își largesc câmpul de acțiune fantasmatică, puterea de

²⁰¹ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 6.

a domina imaginația, procesele nervoase și hormonale ale indivizilor. Încet-încet, prin vizionarea materialelor pornografice tot mai puține circumstanțe ale vieții reale vor rămâne necontaminate de asociațiile erotice, iar libertatea mentală se va restrânge tot mai mult.

În percepția consumatorilor de pornografie, femeia ajunge să fie privită ca un obiect sexual

Cel mai grav lucru este acela că pornografia, prin asocierea constantă a femeii cu ideea de obiect sexual, condiționează cea deviere mentală în care femeile întâlnite devin prilej de excitare sexuală și de fantezii erotice. Mai mult, studiile demonstrează că adolescenții, atât băieți cât și fete, care sunt expuși materialelor pornografice, sunt mai înclinați să vadă femeile ca pe niște obiecte sexuale.²⁰² Deci, până și femeile expuse la aceste mesaje ajung să se obișnuiască cu o astfel de percepție care, în mod evident, este similară cu un fel de spălare a creierului, căci îi produce mari conflicte de conștiință, subminându-le încrederea și respectul de sine, alienându-le personalitatea.

Într-un studiu realizat în februarie 2009, Susan Fiske, profesor de psihologie la Universitatea Princeton, a utilizat scanări IRM pentru a analiza activitatea cerebrală a bărbaților care vizionează imagini pornografice. Rezul-

²⁰² L. M. Ward, „Does Television Exposure Affect Emerging Adults' Attitudes and Assumptions About Sexual Relationships? Correlational and Experimental confirmation”, *Journal of Youth and Adolescence* 31, no. 1 (2002). A se vedea și L. M. Ward și K. Friedman, „Using TV as a Guide: Associations Between Television Viewing and Adolescents' Sexual Attitudes and Behavior”, *Journal of Research on Adolescents* 16, no. 1 (March 2006): 133-56; și J. Peter și P. M. Valkenburg, „Adolescents' Exposure to a Sexualized Media Environment and their Notions of Women as Sex Objects”, *Sex Roles* 56 (februarie 2007): 381-95.

tatele au arătat că, după ce vizionau imagini pornografice, bărbații vedeau în femei mai mult niște obiecte decât niște ființe umane. Observațiile se bazează pe constatarea faptului că alte zone din creier sunt activate în cazul raportării la obiecte decât atunci când relaționăm personal. În urma experimentelor realizate de Fiske, reiese în mod evident faptul că, atunci când bărbații văd femei dezbrăcate sau orice fel de materiale erotice, aceștia au activate acele zone din creier care țin de raportarea sau folosirea unui obiect. Acest lucru nu se întâmplă însă în cadrul relațiilor conjugale, a acelor care sunt dublate de sentimente de dragoste, de angajamente personale.

Efectul pe termen lung al percepției femeii ca pe un obiect sexual este, în mod firesc, instalarea unei deviații mentale în sensul că femeile întâlnite, fie că sunt colege de serviciu, fie membre ale propriei familii, ajung să fie percepute tot mai mult sub raportul de obiect sexual, modelat după propria imaginație sexualizată.

Una dintre concluziile trase de Fiske a fost că „atunci când la locul de muncă sunt expuse imagini sexualizate, este greu ca bărbații să nu se gândească la colegele lor în termeni similari.”²⁰³

În ce măsură, statul modern mai poate susține constituțional apărarea drepturilor și a demnității persoanei umane, acceptând legalitatea pornografiei? Oare batjocorirea simbolică a femeii prin publicitate și pornografie nu ar trebui să fie un motiv suficient de serios ca pornografia să fie interzisă?

²⁰³ Citat în I. Sample, *The Guardian* (UK), „Sex Objects: Pictures Shift Men's View of Women”, 16 februarie, 2009, disponibil la <http://www.guardian.co.uk/science/2009/feb/16/sexobject-photograph>.

Cercetările asupra pornografiei agresive (violența porno)

Delictele sexuale agresive asupra femeilor constituie o problemă foarte serioasă și din ce în ce mai mare în Statele Unite și în întreaga lume. Audierile recente de la Comitetul Judiciar al Senatului American au dus la concluzia că, în ultimul deceniu, rata violurilor a crescut de patru ori în comparație cu infracționalitatea generală. Și, de fapt, S.U.A. sunt pe primul loc în statisticile referitoare la violuri, cu o rată de patru ori mai mare decât în Germania, de treisprezece ori mai mare decât în Anglia și de douăzeci de ori mai mare decât în Japonia.²⁰⁴

În ultimii ani, s-a realizat un volum considerabil de cercetări asupra pornografiei agresive, prezentă foarte mult în filmele de tip total, de grad „R”. Multe din aceste filme sunt, de asemenea, transmise integral prin televiziunea prin cablu și sunt apoi disponibile copiilor, practic, în orice magazin video din America. Filmele tipice prezintă femei goale sau femei în situații și posturi excitante sexual, care sunt violate, torturate sau omorâte.

Rezultatele acestor cercetări sugerează posibilitatea condiționării spectatorilor în sensul asocierii excitării sexuale cu rănirea, violarea, umilirea sau torturarea femeilor. Atunci când aceste filme sunt disponibile pe casete video (și majoritatea sunt), ele pot fi vizionate în repetate rânduri, în intimitatea locuinței personale, iar pe fondul lor, persoana se poate masturba, expunându-se totodată și riscurilor aferente, menționate anterior, de condiționare și comportament negativ sau antisocial.

²⁰⁴ *Newsweek* din 23 iulie 1990, pp. 51-52.

Doctorii Neil Malamuth și Edward Donnerstein notează în cartea lor care are la bază o serie de cercetări, și este intitulată *Pornography and Sexual Aggression*²⁰⁵, că „anumite forme de pornografie (agresivă) pot determina o atitudine agresivă față de femei și pot desensibiliza percepția persoanei în privința violului”. Aceste atitudini și percepții determină ulterior un comportament agresiv concret față de femei. ...Aceste rezultate sugerează, încă o dată, că pornografia agresivă duce, într-adevăr, la creșterea agresivității față de femei”

Malamuth și Donnerstein au constatat, de asemenea, că vizionarea filmelor în care o femeie spune că îi place să fie violată crește nivelul de acceptare de către bărbați a violenței interpersonale față de femei și tinde să crească adoptarea miturilor violului în rândul bărbaților (cum ar fi faptul că femeilor le place să fie violate).

Acești autori conchid că „filmele care portretizează violența sexuală ca având consecințe pozitive pot avea efecte antisociale pe termen lung” (de exemplu, femeia indică faptul că i-a făcut plăcere să fie violată sau a spus „nu”, când de fapt voia să spună „da”, în timp ce era abuzată sexual).

Literatura de specialitate despre pornografia agresivă este de-a dreptul impresionantă din punctul de vedere al consecvenței cu care sugerează o întreagă varietate de efecte dăunătoare sau posibilitatea apariției unor comportamente antisociale, în urma expunerii la aceste materiale. Acest lucru n-ar trebui să surprindă pe nimeni, după patruzeci de ani de cercetări asupra violenței din filme și din televiziune, care, practic, au ajuns la aceeași concluzie.²⁰⁶

²⁰⁵ Malamuth, Neil Dr. & Donnerstein, Edward Dr. (eds.), *Pornography and Sexual Aggression*. New York: Academic Press, 1984.

²⁰⁶ Rubinstein, E., „Television & Behavior”, *American Psychologist*, vol. 38, 1983, p. 820; și Eron L., *American Psychologist Association Monitor*, No. 4, vol. 23, mai 1992, pp. 11.

Doctorul Malamuth și cercetătorii asociați lui au mai constatat și faptul că, atunci când unor tineri studenți le-au fost prezentate materiale pornografice violente, care prezentau violuri sau alte forme de violență sexuală, două treimi dintre aceștia au dat semnele unei dispoziții mai mari de a forța o femeie să aibă acte sexuale cu ei, în cazul în care ar fi fost siguri că nu sunt prinși sau pedepsiți.

Într-o cercetare similară, realizată de Seymour Feshback și de asociații lui, 51% dintre bărbații „normali” din cadrul universității UCLA au indicat probabilitatea imitării unui viol sadomasochist (văzut în materialele pornografice care le fuseseră prezentate) dacă ar fi fost siguri că nu sunt prinși.²⁰⁷

Efectele „mitului violului” asupra consumatorilor de pornografie

Efectele cele mai clare ale reeducării ce se realizează prin pornografie se văd în faptul că nu numai bărbatul, dar și femeia poate fi convinsă că violul e chestiune pozitivă și chiar de dorit.

Întrucât, de cele mai multe ori, pornografia violentă promovează și erotizează violul ca pe un act sexual plăcut și dorit de femei, consumatorii acestor materiale – atât violatorii, cât și victimele violului – ajung să creadă că într-adevăr lucrurile așa stau, adică: violul, ca fenomen negativ, nu ar fi decât un mit. Bărbații care, vizionând materiale pornografice, subscriu la acest așa-zis mit al vi-

²⁰⁷ "Sex and Aggression: Proving the Link", *Psychology Today*, noiembrie 1978, pp. 111-112; și: „Rape Fantasies as a Function of Exposure to Violent-Sexual Stimuli”, *Archives of Sexual Behavior*, vol. 10, 1986, pp. 34-37.

olului, s-a dovedit că sunt mai puțin toleranți cu victimele violului și, în cazul în care participă în juriul unui proces de viol, este mai puțin probabil să condamne agresorul. În mod similar, femeile care acceptă mitul violului tind să nu considere violul drept o infracțiune și să nu ofere asistență socială victimelor.²⁰⁸

Într-un studiu realizat de Diana Russell, un sociolog din cadrul Colegiului Mills, s-a constatat că prezentarea și difuzarea „mitului violului” (cum ar fi faptul că majorității femeilor chiar le place să fie forțate să aibă un act sexual) constituie factori semnificativi de reducere a inhibiției față de folosirea violenței, obișnuind atât bărbații, cât și femeile cu ideea violului și cu acceptarea aberațiilor sexuale ca și comportamente „normale”.²⁰⁹

De asemenea, cercetătoarea a constatat faptul că, odată ce semințele comportamentului deviant au fost sădite în fantezia masculină, bărbații respectivi sunt înclinați să-și pună fanteziile în aplicare. Mai mult, atât fanteziile care erau puse în practică, cât și simpla conceptualizare a acestor fantezii deviante ca modalități comportamentale viabile, au condus la conflicte și la o suferință considerabilă atât a bărbaților, cât și a femeilor, mai ales în privința relațiilor lor sexuale cu partenerii.

Cercetările lui Dolf Zillmann și Jennings Bryant²¹⁰ sugerează faptul că, atunci când subiecții experimentali sunt expuși în mod repetat unor materiale pornografice

²⁰⁸ Russell, D. E. H., *Dangerous relationships: Pornography, misogyny, and rape*, Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 1998.

²⁰⁹ Russell, Diana, *Rape & Marriage*, Beverly Hills, CA: Sage, 1982.

²¹⁰ "Symposium on Media Violence and Pornography", Toronto, Canada: Media Action Group, 1984; și: „Testimony given to U.S. Attorney General's Commission on Pornography”, Houston, Texas, septembrie 1985.

de tip „hardcore” pentru adulți, timp de șase săptămâni, aceștia:

1. „ajung să capete o duritate, o cruzime din ce în ce mai mare în privința atitudinii față de femei;
2. banalizează violul ca delict, iar unii ajung să nu-l mai considere deloc ca atare;
3. încep să aibă percepții distorsionate în privința sexualității;
4. actul sexual normal „nu mai merge”, nu îi mai satisface;
5. apare un apetit pentru tipuri de pornografie deviante, bizare sau violente (este acel fenomen de escaladare, menționat mai devreme);
6. o satisfacție redusă față de performanțele sexuale, afecțiunea și aspectul fizic ale partenerului;
7. îndoieli referitoare la valoarea căsătoriei;
8. dorința scăzută de a avea copii;
9. privirea relațiilor poligame ca un comportament²¹¹ normal și natural.”²¹²

„Un total de 187 de studenți au răspuns la un chestionar cu privire la:

- (a) expunerea la pornografie în copilărie;
- (b) fantezii sexuale curente;
- (c) aprobarea atitudinii de susținere a violului.

²¹¹ Drake, R. E., „Potential health hazards of pornography consumption as viewed by psychiatric nurses”, *Archives of Psychiatric Nursing*, No. 8(2), 1994, pp. 101–106; Zillman, D. & Bryant, J., „Pornography, sexual callousness, and the trivialization of rape”, *Journal of Communication*, No. 32(4), 1982, pp. 10–21; Zillman, D. & Bryant, J., „Effects of massive exposure to pornography”, în Malamuth, N. M. & Donnerstein, E. (Eds.), *Pornography and Sexual Aggression*, 1984, pp. 115–138; Zillman, D. & Bryant, J., „Effects of prolonged consumption of pornography on family values”, *Journal of Family Issues*, No. 9(4), decembrie 1988, pp. 518–544.

²¹² Cline, V.B., *op. cit.*, p. 7.

Din studiu a rezultat cu claritate că există o legătură strânsă între expunerea la fanteziile pornografice ale violului și susținerea violului la maturitate.

Așadar, cercetările sugerează că un contact precoce cu pornografia afectează socializarea femeii, nu numai prin instituirea cu titlu de normalitate a agresiunii sexuale²¹³, dar și prin înfățișarea acesteia ca fiind dorită în mod cultural de către femei.”²¹⁴

²¹³ *Ibidem.*, p. 458.

²¹⁴ Jill C. Manning, *op. cit.*

Pornografia face casă bună cu delincvența

„Un studiu recent realizat de cercetătorii de la FBI asupra a 36 de criminali în serie a dezvăluit că 29 dintre ei erau atrași de pornografie²¹⁵, pe care o integrau în activitățile lor sexuale și care includea crime cu violuri în serie.”²¹⁶

Studiile desfășurate în întreaga lume dovedesc faptul că liberalizarea pornografiei este strâns legată de creșterea ratei infracționalității. În SUA, unde materialele pornografice se vând în magazine cu un regim special, s-a constatat în mai multe cercetări că deschiderea unor astfel de centre în conexiune cu cluburi unde se face striptis crește rata criminalității cu până la 270%.²¹⁷ Rata violurilor crește, însă, până la 506%, după cum s-a constatat în orașul Phoenix, Arizona.

Într-o metaanaliză care rezumă efectele pornografiei și care a avut în vedere 33 de studii pe această temă, s-a constatat că expunerea la pornografie, fie că este violentă, fie că este nonviolentă a crescut violența sexuală.²¹⁸

Extrem de relevant este studiul realizat în Australia de Sud, unde liberalizarea pornografiei a adus o creștere

²¹⁵ Burgess, A., „The Effects of Pornography on Women and Children Including an Analysis of Sexual Homicide Crime Data.” Testimony before the Subcommittee on Juvenile Justice, Committee on the Judiciary, U.S. Senate. Wash. D.C., 1984.

²¹⁶ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 9.

²¹⁷ Jenness, Valerie; McCleary, Richard și Meeker, James W., „Crime-Related Secondary Effects of Sexually-Oriented Businesses Report to the County Attorney Palm Beach County, Florida” (Rezumat, 15 august 2007), disponibil la adresa: http://communitydefense.org/cdcdocs/landuse/pdf/florida_palmbeach_2007.pdf.

²¹⁸ Allen, M.; D'Allessio, D. & Brezgel, K., „A meta-analysis summarizing the effects of pornography II: Aggression after exposure”, *Human Communication Research*, No. 22, 1995, pp. 258-283.

cu 284% a violurilor. În aceeași perioadă, în altă parte a Australiei, în Queensland, unde legile erau mai conservatoare privind pornografia, creșterea violurilor a fost cu până la 23%. De asemenea, în Hawaii, unde legile privind pornografia au fost liberalizate, devenind ulterior mai restrictive, pentru a fi din nou liberalizate, s-a constatat că incidența violurilor a urmat același model de creștere: a scăzut și pe urmă a crescut iarăși.²¹⁹

Într-un alt studiu, se arată că delincvenții sexuali au o rată ridicată de utilizare a pornografiei de tip „hardcore”: cei care molestează copii (67%), infractorii care comit incest (53%), violatori (83%), comparativ cu non-infractorii (29%). Cei care molestează copii (37%) și violatorii (35%) au mai multe șanse de a folosi pornografia ca pe un instigator la comiterea infracțiunilor decât cei care comit incest (13%). Materialul folosit pentru a instiga infracționalitatea a fost de multe ori pornografia consensuală între adulți.²²⁰

Pornografia nu are numai un efect declanșator al infracțiunii, ci trebuie avută în vedere, mai cu seamă, forța modelatoare pe care o exercită asupra tuturor oamenilor.

Sondajul național al specialiștilor în sănătate mentală

Într-un sondaj de opinie realizat în rândul specialiștilor în sănătate mentală de către medicii M. Lipkin și D.E. Carnes, 254 de psihoterapeuți au raportat că au întâlnit cazuri, în activitatea lor clinică, în care au constatat că pornografia a declanșat sau a contribuit la comiterea unui delict cu caracter sexual, la apariția unei tulburări de personalitate sau la comiterea unui act antisocial²²¹.

²¹⁹ Malamuth, N. și Donnerstein, E., *Sex and violence a ripple effect*, Academic Press, San Diego, 1984.

²²⁰ Marshall, W. L., „The use of sexually explicit stimuli by rapists, child molesters and non-offenders”, *Journal of Sex Research*, No. 25 (2), 1988, pp. 267-288.

²²¹ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 6.

În primă fază, pornografia nonviolentă produce o desensibilizare și o acceptare a violenței, a hărțuirii sexuale.²²² Probabilitatea hărțuirii sexuale crește proporțional cu volumul materialelor sexuale vizionate.²²³ În același timp, se sesizează o creștere a dispoziției pentru vizionarea unor materiale mai dure, de tipul sex cu animale și violență.²²⁴ De aici și până la adoptarea unui comportament coercitiv și violent nu mai e decât un pas. Cu cât e mai violentă pornografia vizionată, cu atât e mai probabilă violența îndreptată împotriva femeii.²²⁵ Comportamentul violent crește însă și proporțional cu profilul dezumanizant al scenelor vizionate, chiar dacă acestea nu sunt violente.²²⁶

Capacitatea pornografiei de a genera un comportament agresiv, de a conduce la abuz și viol se manifestă la aproape orice vârstă. Un studiu axat pe abuzatorii sexuali tineri a demonstrat că majoritatea covârșitoare a acestora au fost expuși la pornografie în vremea copilăriei; mai exact, 29 din 30 de abuzatori sexuali tineri au vizionat reviste și filme porno, iar vârsta medie la care au avut primul contact cu acestea a fost de circa 7 ani și jumătate.²²⁷

²²² Allen, M.; Emmers, T. M.; Gebhardt, L. & Giery, M., „Pornography and rape myth acceptance”, *Journal of Communication*, No. 45, 1995, pp. 5-26.

²²³ Barak, A.; Fisher, W.A.; Belfry, S. & Lashambe, D. R., „Sex, guys, and cyberspace: Effects of internet pornography and individual differences on men's attitudes toward women”, *Journal of Psychological and Human Sexuality*, No. 11, 1999, pp. 63-92.

²²⁴ Zillmann, D. & Bryant, J., „Shifting preferences in pornography consumption”, *Communication Research*, No. 13 (4), 1986, pp. 560-578.

²²⁵ Koss, M. & Oros, C., „Sexual experiences survey: A research instrument investigating sexual aggression and victimization”, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, No. 50, 1982, pp. 455-457.

²²⁶ Check, J. V. P. & Guloien, T. H., „The effects of repeated exposure to sexually violent pornography, nonviolent dehumanizing pornography, and erotica”, în Zillmann, D. & Bryant, J. (Eds.), *Pornography: Recent research, interpretations, and policy considerations*, Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1989, pp. 159-184.

²²⁷ Wieckowski, E.; Hartsoe, P.; Mayer, A. și Shortz, J., „Deviant Sexual Behavior in Children and Young Adolescents: Frequency and Patterns”, *Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment*, No. 10 (4), 1998, pp. 293-304.

„În cazul lui Ted Bundy, criminal în serie a – posibil – 31 de femei tinere, acesta a declarat în interviul înregistrat video cu câteva ore înainte de execuția lui: «Mă veți executa – ceea ce va proteja societatea de mine. Dar afară sunt mulți, mult mai mulți oameni dependenți de pornografie și în privința acestui lucru nu faceți nimic».

Și, în vreme ce unii comentatori au micșorat legătura făcută de acesta între pornografia agresivă și omuciderile sale sexuale (când spunea că îi alimentau gândurile violente cu privire la femei), pare să nu existe nicio îndoială că Bundy consuma o mare cantitate de materiale pornografice de la cea mai fragedă vârstă, multe dintre ele violente. Legătura fusese deja sugerată, nu numai în interviul cu profesorul James Dobson, dar și documentată de psihiatrul Dorothy Otnow Lewis în vastul său studiu anterior asupra lui Bundy²²⁸ și a istoriei sale.”²²⁹

Violența nu se răsfrânge numai asupra femeilor. Din ce în ce mai mult, copii sunt victimele abuzului sexual cauzat de același consum de pornografie. Aproximativ 93% dintre persoanele care molestează copii au raportat unele fantezii despre comiterea unor infracțiuni sexuale împotriva copiilor. Persoanele care molestează copii au folosit mai multă pornografie la maturitate și cel mai frecvent tip de materiale folosite a fost cel moderat, care a implicat nuditate sau activități sexuale consimțite între adulți. Peste o treime dintre persoanele care au molestat copii au raportat utilizarea de materiale pornografice cu puțin timp înainte de a comite o infracțiune sexuală.²³⁰

²²⁸ AP dispatch, ianuarie 27, 1989, *Seattle Times* (Wash).

²²⁹ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 11.

²³⁰ Wheeler, D. L., „The relationship between pornography usage and child molesting. Dissertation Abstracts International Section A”, *Humanities and Social Sciences*, Vol 57(8-A), 1997, pp. 3691.

Între utilizatorii de pornografie cu copii și abuzul copiilor există o puternică legătură cauzală, după cum s-a demonstrat într-un studiu care a luat în considerare 155 delincvenți închiși pentru pornografie infantilă²³¹. Concluzia studiului a fost aceea că „nu este util din punct de vedere pragmatic să se mai facă deosebiri între «utilizatorii de pornografie cu copii» și «cei care abuzează copilul» sau chiar «pedofilii»”.²³² Cu alte cuvinte, utilizarea de pornografie cu copii este determinantă pentru dobândirea comportamentului pedofil.

Acesta este, practic, efectul pornografiei: calea cea mai sigură către delincvență, calea către degenerarea morală și alienarea personalității umane.

²³¹ La momentul condamnării, în cazul a 115 dintre subiecți (74%), nu se știa să fi avut vreo interacțiune documentată cu vreuna dintre victime. Numărul de victime cunoscute la data condamnării era de 75, o medie de 1.88 victime pentru un infractor. Totuși, până la sfârșitul tratamentului, numărul de victime care au fost recunoscute a fost 1 777, o medie de 13.56 victime pentru un infractor. De fapt, dintre cei 24 de subiecți din eșantion, care au negat comiterea infracțiunilor sexuale cu interacțiune la sfârșitul tratamentului, nouă au fost testați cu poligraful și numai doi au trecut testul. Cu alte cuvinte, mai puțin de 2% dintre subiecții care au intrat în tratament fără a avea antecedente cunoscute de comitere a infracțiunilor sexuale cu interacțiune s-au dovedit a fi folosit doar fotografii pornografice, fără să abuzeze copii.

²³² Bourke, M. & Hernandez, A., „The Butner study redux: A report of the incidence of hands-on child victimization by child pornography offenders”, *Journal of Family Violence*, No. 24, 2009, pp. 183-191.

Pornografia constituie un atentat la adresa sănătății poporului român

Bolile cu transmitere sexuală

Potrivit unui număr semnificativ de studii și cercetări privind relațiile sexuale, pornografia are următoarele efecte:

1. coboară vârsta primului act sexual²³³;
2. contribuie la înmulțirea numărului de parteneri sexuali²³⁴;
3. crește cu 370% probabilitatea angajării în relații sexuale cu prostituate²³⁵;
4. conduce la răspândirea perversiunilor sexuale, în special a așa-zisului sex anal și oral.²³⁶

Toate acestea constituie, însă, principalii factori de risc în răspândirea bolilor cu transmisiune sexuală²³⁷: sifi-

²³³ Brown, Jane D. și Newcomer, S., „Television Viewing and Adolescents' Sexual Behavior”, *Journal of Homosexuality*, 1991, pp.21:77-91; Stack, Steven; Wasserman, Ira și Kern, Roger, „Adult Social Bonds and Use of Internet Pornography”, *Social Science Quarterly*, No. 85, 2004, pp. 75-88.

²³⁴ Wingood, Gina M.; DiClemente, Ralph J.; Harrington, Kathy; Davies, Suzy; Hook, Edward W. și M. Kim Oh, „Exposure to X-rated Movies and Adolescents' Sexual and Contraceptive-related Attitudes and Behaviors”, *Pediatrics*, No. 107, 2001, pp. 1116-19.

²³⁵ Stack, S.; Wasserman, I. și Kern, R., „Adult Social Bonds and Use of Internet Pornography”, *Social Science Quarterly*, No. 85, 2004, pp. 75-88 (83).

²³⁶ Rogala, C. și Tydén, T., „Does Pornography Influence Young Women's Sexual Behavior?” *Women's Health Issues*, 13, No. 1, ianuarie 2003, pp. 39-43; Rogala, C. și Tydén, T., „Sexual Behavior Among Young Men in Sweden and the Impact of Pornography”, *International Journal of STD & AIDS* 15, No. 9, 2004, pp. 590-93; și Haggström-Nordin, E.; Hanson, U. și Tydén, T., „Associations Between Pornography Consumption and Sexual Practices Among Adolescents in Sweden”, *International Journal of STD & AIDS* 16, No. 2, martie 2005, pp. 102-07.

²³⁷ Bonino, S.; Ciairano, S.; Rabaglietti, E. și Cattelino, E., „Use of Pornography and Self-Reported Engagement in Sexual Violence Among Adolescents”, *European Journal of Developmental Psychology*, No. 3, 2006, pp. 265-88; Daluga, Nicole, „A Content Ana-

lis, trichomoniaza, gonoreea, chlamydia, scabia, herpesul și negii genitali, humano papiloma virus, SIDA etc. Și, astfel, poate fi explicată răspândirea aproape epidemică a majorității acestor boli în rândul populației, chiar și la nivelul tinerilor cu vârste foarte fragede.²³⁸

Boli organice, psihice și neurologice

Pornografia conduce, de asemenea, la apariția unui număr mare de afecțiuni și boli cauzate de dereglările survenite în funcționarea sistemului nervos și a celui endocrin.

Un adevărat torent de neurotransmițători invadează creierul și întregul organism pe perioada excitării sexuale produse de vizionarea de pornografie. Apar, așadar, în cantități mai mari decât cele normale: dopamină²³⁹, noradrenalină²⁴⁰, adrenalină, glutamat²⁴¹, cortizon, testosteron²⁴², serotonină²⁴³, prostaglandină E2²⁴⁴, prolactin etc. În mod firesc, toți acești neurotransmițători și hormoni sunt implicați în

lysis of Sexual Risk and Protective Behaviors and Messages in Sexually Explicit Web Pages Viewed by a National Probability Sample of U.S. Adolescents", Atlanta, Georgia: Rollins School of Public Health of Emory University, 2002, pp. 255-279.

²³⁸ Rogala, C. și Tydén, T., „Does Pornography Influence Young Women's Sexual Behavior?" *Women's Health Issues* 13, No. 1, ianuarie 2003, pp. 39-43;

²³⁹ „Getting his act together: Roles of glutamate, nitric oxide, and dopamine in the medial preoptic area", *Brain Research*, No. 1126, 2006, pp. 66 - 75.

²⁴⁰ C. Wiedeking, et. al., „Plasma Noradrenaline and Dopamine-Beta-Hydroxylase During Sexual Activity", *Psychosomatic Medicine* Vol. 39, No. 2 (March-April 1977).

²⁴¹ Dominguez, Juan M.; Gil, Mario și Hull, Elaine M., „Preoptic Glutamate Facilitates Male Sexual Behavior", *The Journal of Neuroscience*, No. 26(6), 8 februarie 2006, pp. 1699 - 1703.

²⁴² Reisman, J. A., „The Psychopharmacology of Pictorial, Pornography Restructuring Brain", *Mind & Memory*, 2003.

²⁴³ *Ibidem*.

²⁴⁴ Hall, Nicholas R.; Luttge, William G. și Berry, Richard B., „Intracerebral prostaglandin E2: Effects upon sexual behavior, open field activity and body temperature in ovariectomized female rats", *Prostaglandins*, No. 5, vol. 10, noiembrie 1975, pp. 877-888.

oricare act sexual, însă, în condiții normale, în cantitățile necesare desfășurării procesului extrem de complex ce presupune actul procreării. Însă, prin întreținerea unei excitații sexuale anormale pe perioade lungi de timp, cu sesiuni mult mai dese decât poate organismul uman să suporte, consumul de pornografie afectează grav dinamica emisi-ei sau regresiei acestor mediatorii ai actului sexual, dar și a majorității proceselor psihice, nervoase și organice. Consecințele vor fi imediate și pe termen lung. Prima consecință este instalarea dependenței, cu toate simptomele specifice sevrajului.

Toate cercetările din domeniul dependenței dovedesc că pornografia acționează asupra aceluiași zone corticale ca și cocaina, heroina și celelalte droguri de sinteză.²⁴⁵ Ea dereglează mecanismul emisiei de dopamină și produce, ca atare, anxietate, depresie, slăbire a memoriei de scurtă durată, a atenției, a motivației și a concentrării, mergând până la tremur al membrelor și atac de panică.

La aceste afecțiuni nervoase și organice contribuie și glutamatul²⁴⁶, împreună cu neurotoxinele DOPAL, DOPE-GAL²⁴⁷. Acestea au un efect excitotoxic, adică influențează distrugerea celulei nervoase. În condiții normale, organismul dispune de mai multe mecanisme pentru a controla aceste procese distructive, însă acestea sunt ineficiente sau blocate pe fondul bombardamentului cu hormoni

²⁴⁵ Childress, Anna Rose; Ehrman, Ronald N.; Wang, Ze; Li, Yin; Sciortino, Nathan; Hakun, Jonathan; Jens, William; Suh, Jesse; Listerud, John; Marquez, Kathleen; Franklin, Teresa; Langleben, Daniel; Detre, John și O'Brien, Charles P., „Prelude to Passion: Limbic Activation by „Unseen” Drug and Sexual Cues”, *PLoS ONE*, No. 3(1), 2008, p. 1506.

²⁴⁶ <http://www.sailhome.org/Concerns/Excitotoxins.html>

²⁴⁷ Macarthure, Heathe; Koloe, Lacy L.; Westfalle, Thomas C.; Anwarf, Muhammad; Glicksteinf, Sara B. și Ruggierof, David A., „Catecholamine monoamine oxidase a metabolite in adrenergic neurons is cytotoxic in vivo”, *Brain Research*, No. 1-2, vol. 891, 9 februarie 2001, pp. 218-227.

produs de excitația și epuizarea sexuală induse de pornografie și actele conexe acesteia.

Organic vorbind, din cauza excesului de cortizon, prolactină și prostaglandină E2, pornografia, corelată cu masturbarea, provoacă slăbirea semnificativă a imunității, atât din cauza efectului adrenalinei, cât și a prostaglandinului E2 și al citokinelor. În mod vizibil, apar dureri de cap, gât, spate, mijloc și în zona glandelor și organelor sexuale. Se evidențiază durerile articulare cauzate de inflamarea acestora.²⁴⁸

Ca o consecință firească a suprasolicitării, pornografia are ca efect dereglări majore de ordin sexual: scăderea libidoului, probleme de erecție și ejaculare, lipsa orgasmului și impotență.

În stadii mai avansate ale epuizării sexuale, apar: transpirații abundente, căderea părului, slăbirea vederii, tinitus, probleme digestive, boli de ficat și pancreas. Epuizarea sexuală contribuie la îmbătrânirea prematură, la apariția simptomelor bolii Parkinson și a Alzheimer-ului.²⁴⁹

Nivelul ridicat de prolactin constituie un factor major în apariția cancerului de sân²⁵⁰ și de prostată²⁵¹, cele mai

²⁴⁸ Bär, Karl-Jürgen; Natura, Gabriel; Telleria-Diaz, Alejandro; Teschner, Philipp; Vogel, Regine; Vasquez, Enrique; Schaible, Hans-Georg și Ebersberger, Andrea, „Changes in the Effect of Spinal Prostaglandin E2 during Inflammation: Prostaglandin E (EP1-EP4) Receptors in Spinal Nociceptive Processing of Input from the Normal or Inflamed Knee Joint”, *The Journal of Neuroscience*, No. 24(3), 21 ianuarie 2004, pp. 642-651.

²⁴⁹ <http://www.drlin.net/>

²⁵⁰ „New Evidence Of Prolactin's Possible Role In Breast Cancer Uncovered”, Thomas Jefferson University, 3 octombrie 2007. *ScienceDaily*, University Of Pennsylvania Medical Center, 23 septembrie 1998. „A Role For Prolactin In Breast Cancer și Prolactin blocks oncogene associated with poor prognosis in breast cancer”, în *ScienceDaily* din 4 februarie 2010, Thomas Jefferson University.

²⁵¹ Dagvadorj, A.; Collins, S.; Jomain, J.B.; Abdulghani, J.; Karras, J.; Zellweger, T.; Li, H.; Nurmi, M.; Alanen, K.; Mirtti, T.; Visakorpi, T.; Bubendorf, L.; Goffin, V.; Nevalainen, M.T.; „Autocrine prolactin promotes prostate cancer cell growth via Janus kinase-2-signal transducer and activator of transcription-5a/b signaling pathway, *Endocrinology*, No. 148(7), iulie 2007, pp. 3089-101; Epub 5 aprilie 2007 și Harvey, Philip

răspândite după cancerul pulmonar, constituind, de asemenea, a doua cauză de mortalitate prin cancer. Dar chiar comportamentele sexuale pe care le cultivă pornografia constituie în mod direct factori de risc în apariția mai multor tipuri de cancer.

În anul 2002, în urma unei meta-analize, L.K Dennis și D.V. Dawson de la Universitatea din Iowa, S.U.A.²⁵², au ajuns la concluzia că factorii de risc în apariția cancerului de prostată sunt:

1. bolile infecțioase cu transmitere sexuală²⁵³;
2. creșterea numărului de parteneri sexuali;
3. creșterea frecvenței relațiilor sexuale, peste trei pe săptămână, la vârstă adultă.

De asemenea, într-un vast studiu inițiat de *University of Nottingham Medical School*, la care au colaborat mai multe instituții din Anglia și întreaga lume, s-a ajuns la concluzia că un alt important factor de risc în apariția cancerului de prostată îl constituie masturbarea.²⁵⁴ Din acest studiu rezultă că persoanele care se masturbează mai des fac cancer de prostată cu o probabilitate cu 79% mai mare decât persoanele care se masturbează rar. Iar cei care se masturbează moderat au un risc cu 70% mai mare de a

W.; Everett, David J.; Springall, Christopher J., „Adverse effects of prolactin in rodents and humans: breast and prostate cancer”, *Journal of Psychopharmacology*, No. 24 (9), UK, septembrie 2010.

²⁵² Dennis, L. și Dawson, D., „Meta-analysis of measures of sexual activity and prostate cancer”, *Epidemiology*, No. 13(1), ianuarie 2002, pp. 72-9.

²⁵³ Hayes, R.; Pottern, L.; Strickler, H.; Rabkin, C.; Pope, V.; Swanson, G.; Greenberg, R.; Schoenberg, R.,⁶ Liff, J.,⁵ Schwartz, A.,⁴ Hoover, R.N.; Fraumeni, J., „Sexual behaviour, STDs and risks for prostate cancer”, *Br. J. Cancer*, No. 82(3), februarie 2000, pp. 718-725.

²⁵⁴ Dimitropoulou, P.; Lophatananon, A.; Easton, D.; Pocock, R.; Dearnaley, D.P.; Guy, M.; Edwards, S.; O'Brien, L.; Hall, A.; Wilkinson, R., „Sexual activity and prostate cancer risk in men diagnosed at a younger age”, *BJUI International*, 2008.

dezvolta un cancer de prostată în comparație cu cei care nu se masturbează deloc.

La femei, cancerul de col uterin este, de asemenea, legat direct de natura comportamentului sexual. Din studiile întreprinse, rezultă că femeile care nu întrețin relații sexuale aproape că nu dezvoltă această formă de cancer.²⁵⁵

Potrivit Institutului Guvernamental pentru Sănătate din Australia, principalii factori de risc în apariția cancerului de col uterin sunt:

- relațiile sexuale la vârste mici, posibil înainte de 15 sau 16 ani;
- relațiile sexuale cu mai mulți parteneri sexuali;
- mai cu seamă dacă și aceștia practică același libertinaj sexual sau perversiuni.²⁵⁶

Alături de contaminarea cu humano papiloma virus, care este suspectat că favorizează dezvoltarea acestui tip de cancer, cercetări mai noi au descoperit că prostaglandina E2, prezent în lichidul seminal sau produs în exces în situațiile de epuizare sexuală, joacă în mod cert un rol semnificativ în dezvoltarea țesuturilor maligne în interiorul colului uterin.²⁵⁷

²⁵⁵ <http://www.womhealth.org.au/studentfactsheets/cervicalcancer.htm>

²⁵⁶ Australian Institute of Health and Welfare Canberra, *Cervical screening in Australia*. 2006–2007, 2009, disponibil la adresa: <http://www.aihw.gov.au/publications/can/can-43-10676/can-43-10676.pdf>

²⁵⁷ Sales, K. J.; Katz, A.A.; Davis, M.; Hinz, S.; Soeters, R.P.; Hofmeyr, M.D.; Millar, R.P. și Jabbour, H.N., „Cyclooxygenase-2 Expression and Prostaglandin E2 Synthesis Are Up-Regulated in Carcinomas of the Cervix: A Possible Autocrine/Paracrine Regulation of Neoplastic Cell Function via EP2/EP4 Receptors”, *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, No. 5, vol. 86, pp. 2243-2249; și Battersby, S.; Sales, K.J.; Williams, A.R.; Anderson, R.A.; Gardner, S. și Jabbour, H.N., „Seminal plasma and prostaglandin E2 up-regulate fibroblast growth factor 2 expression in endometrial adenocarcinoma cells via E-series prostanoid-2 receptor-mediated transactivation of the epidermal growth factor receptor and extracellular signal-regulated kinase pathway S”, *Human Reproduction*, No. 1, vol. 22, 2007, pp. 36–44; și Muller, Melissa; Sales, Kurt

Atât la bărbați, cât și la femei, perversiunile conduc la apariția cancerului anal²⁵⁸ și a cancerului de gât și cap. Dintr-un studiu la care au participat șapte instituții și universități din Anglia, Germania, Australia și America, rezultă în mod clar că tot mai frecventa apariție a cancerului de gât și cap este strâns legată de răspândirea perversiunii sexului oral.²⁵⁹

Într-un alt studiu, s-a constatat că incidența acestui tip de cancer crește odată cu mărirea numărului așa-zisilor parteneri sexuali. În situația relațiilor sexuale desfășurate cu un număr de peste șase parteneri pe perioada întregii vieți, cresc de 8,6 ori șansele dezvoltării cancerului de gât și cap.²⁶⁰

J.; Katz, Arie A. și Jabbour, Henry N., „Seminal Plasma Promotes the Expression of Tumorigenic and Angiogenic Genes in Cervical Adenocarcinoma Cells via the E-Series Prostanoid 4 Receptor”, *Endocrinology*, No. 7, Vol. 147, pp. 3356-3365.

²⁵⁸ Daling, J., Weiss, N.; Hislop, T.; Maden, C.; Coates, R.; Sherman, K.; Ashley, R.; Beagrie, M., „Sexual Practices, Sexually Transmitted Diseases and the Incidence of Anal Cancer”, *N. Engl. J. Med.*, No. 317, 15 octombrie 1987, pp. 973-977.

²⁵⁹ D'Souza, G.; Kreimer, R.; Viscidi, R.; Pawlita, M.; Fakhry, C.; Koch, W.; Westra, W.; Gillison, M., „Case-Control Study of Human Papillomavirus and Oropharyngeal Cancer”, *N. Engl. J. Med.*, No. 356, 2007, pp. 1944-56.

²⁶⁰ Heck, J.; Berthiller, J.; Vaccarella, S.; Winn, D.; Smith, E., „Sexual behaviours and the risk of head and neck cancers: a pooled analysis”, International Head and Neck Cancer Epidemiology (INHANCE) consortium, *International Journal of Epidemiology*, 2009.

Cum ne afectează pornografia dezvoltarea și funcționarea creierului

Cum să ne putem explica forța extraordinară pe care pornografia o manifestă în captivarea atenției, în modificarea gândirii și a comportamentului până la nivele similare spălării creierului? Neuropsihologia ne vine în întâmpinare, oferindu-ne schema mecanismului general prin care acționează mesajul pornografic. Mai întâi, trebuie să observăm faptul că vizionarea pornografiei dă peste cap întregul organism uman prin avalanșa de neurotransmițători și de hormoni pe care o pune în mișcare. Incitând instinctul sexual, pornografia crește în creier, dar și în restul organismului, nivelul concentrației de dopamină, testosteron, adrenalină, cortizon, serotonină, oxitocină, feniletilamină, prostaglandină E2 etc.²⁶¹ În acest fel, întregul sistem nervos, precum și trupul omului până la ultima sa celulă, vor fi afectate de pornografie. Consecințele?

**În fața filmului pornografic,
creierul reacționează ca și cum tu ai fi
cel implicat în actul sexual**

Am putut constata mai înainte că femeile percep vizionarea de pornografie ca pe un adevărat adulter, chiar dacă soțul nu a cunoscut trupește niciodată o altă femeie. Este un lucru pe care femeile îl resimt cu toată ființa

²⁶¹ Reisman, J. A., „The Psychopharmacology of Pictorial, Pornography Restructuring Brain”, pp. 20, 21.

lor, chiar dacă sunt străine de morala creștină. Fenomenul este explicat de neuropsihologia modernă. „Doctorii Restak, Edward Sheridan, MacLean și alți specialiști sunt de acord că resursele științifice nu găsesc nici un instrument pentru a face o deosebire între imaginile reale și fanteziile media. Creierul procesează imaginile neobișnuite văzute de ochi ca fiind reale. De aceea, se pot obține stări măsurabile de excitație cunoscute drept poftă carnală, rușine, frică și altele similare, indiferent dacă persoana privește o imagine pornografică «virtuală» sau una reală. Paul MacLean afirmă că, atunci când etnologii folosesc un animal-marionetă, o momeală în cadrul experimentelor desfășurate în laborator sau pe teren, marioneta – sau chiar numai un *fragment de marionetă* – îi determină pe ceilalți indivizi de aceeași specie să se angajeze într-o «formă instinctuală de comportament (sexual) cu animalul (...) Într-adevăr, o simplă «nălucă» este uneori suficientă pentru a declanșa întregul act de copulație.”²⁶²

Mai mult, cercetări mai noi au scos în evidență și explicația acestui fenomen: este vorba de neuronii oglină, localizați în zone specifice ale creierului, cu precădere în girul frontal inferior și lobul parietal inferior.²⁶³ „Neuronii-oglină sunt un sistem de celule motorii care se activează când observați o acțiune (comportament). Dacă vedeți pe cineva ridicând un stilou, neuronii care vor corespunde acțiunii de ridicare a stiloului întreprinse de el sau de ea se activează și în creierul dvs. Denumite inițial «maimuța vede,

²⁶² Afirmatia lui Paul MacLean în Goleman, Daniel și Davidson, Richard (eds.), *Consciousness: Brain, States of Awareness, and Mysticism*, New York, Harper and Row, 1979, p. 26. Apud. Reisman, J., *op. cit.*, p. 10.

²⁶³ H. Mouras, S Stoleru, V. Moulrier, *Activation of mirror neuron system by erotic video clips predicts degree of induced erection: an MRI study*, *NeuroImage* 42, nr. 3, 2008, p. 1142-1150.

mămuța face», deoarece au fost descoperite în urma unui experiment efectuat pe maimuțe, aceste celule acționează ca niște oglinzi. E ca și cum cortexul ar spune «Și eu pot face asta» și oglindește modul în care ar acționa. [...] Aceștia sunt localizați în aceleași regiuni corticale implicate în dezvoltarea limbajului și detectarea emoțiilor la persoanele din jur. Când vezi expresia feței cuiva căruia îi este frică, aceeași stare emoțională îți este provocată și ție.

În ce măsură neuronii-oglină au legătură cu pornografia? Gândiți-vă ce se întâmplă cu neuronii oglină când bărbații și femeile privesc un material video pornografic. Creierul reacționează ca și cum tu ai fi cel implicat în actul sexual. Vizualizarea unui film pornografic creează o experiență neurologică în care persoana participă sau experimentează în mod direct acțiunea pe care o privește. Așadar, când un bărbat se uită la un film pornografic, acesta se identifică din punct de vedere neurologic cu actorii din film. Pentru a face față excitării pe care o creează vizionarea, creierul oglindește și amplifică excitarea, provocând o tensiune sexuală și mai mare. Libidoul este alimentat și mai mult, necesitând descărcarea.”²⁶⁴

Forța hipnotică a imaginilor pornografice

Într-adevăr, cel puțin bărbaților le este destul de greu să nu stăruie cât de puțin asupra unei imagini pornografice atunci când o întâlnesc. Explicația o aflăm în studiile privind creierul emoțional. Se pare că rețelele neuronale ale acestui creier au o anumită autonomie față de ne-

²⁶⁴ M. William Struthers, *op.cit.*

ocortex, adică față de procesele de gândire rațională, de analiză și discernământ. Eroul principal al acestui așa-zis creier emoțional este corpul amigdalian (cu totul altceva decât amigdalele situate în gât): locul din creier unde sunt procesate emoțiile, responsabil cu sentimentele de plăcere și durere, de frică puternică și de dorință sexuală.

„Din primele milisecunde în care percepem ceva, arată Goleman, nu doar că înțelegem inconștient despre ce este vorba, dar ne-am și hotărât dacă ne place sau nu; «inconștientul cognitiv» prezintă conștientului nostru nu doar identitatea a ceea ce am văzut, ci și o opinie în legătură cu aceasta. Emoțiile noastre au o «minte» proprie, una care poate avea păreri destul de independente de mintea rațională. Aceste opinii inconștiente sunt amintiri emoționale; ele sunt depozitate în corpul amigdalian, (...) acel sistem de alertă care ajută organismul să reacționeze prin fugă sau luptă în situații care amenință viața, dar care și înregistrează în memorie acel moment, cu maximă acuratețe (...) Cu cât este mai intensă excitația corpului amigdalian, cu atât mai puternică este înregistrarea; experiențele care ne sperie sau ne marchează cel mai mult în viață fac parte din amintirile noastre de neșters. Acest lucru înseamnă că, practic, creierul are două sisteme de memorare: unul pentru evenimentele obișnuite și unul pentru cele cu încărcătură emoțională.”²⁶⁵

Așadar, după cum demonstrează Le Doux, există anumite căi neuronale prin care sentimentele și emoțiile puternice ocolesc neocortexul. „Acest circuit explică în mare măsură puterea emoțiilor ce copleșesc raționalul (...) Le Doux a descoperit ceva similar unei alei neuronale lăturalnice,

²⁶⁵ Goleman, D. și Davidson, R. (eds.), *Consciousness: Brain, States of Awareness, and Mysticism*, pp. 20-21.

care permite amigdalei să primească semnale direct de la simțuri și să formuleze un răspuns *înainte* ca aceste semnale să fie complet înregistrate de neocortex (...) Amigdala ne poate determina să reacționăm rapid, în vreme ce mai lentul neocortex dezvoltă un plan rafinat de reacție.”²⁶⁶

Și totuși, chiar dacă în primul moment imaginea pornografică sau sentimentul unei frici puternice ne copleșește, în secunda următoare, prin controlul conștient al neocortexului, putem refuza vizionarea. Acest lucru se întâmplă dacă omul a dobândit exercițiul controlului, în fond, controlul rațional al emoțiilor puternice. Dacă nu există acest exercițiu, omul este înclinat să dea prioritate emoției, așa cum se întâmplă atunci când oamenii au antrenamentul vizionării TV sau a navigării pe internet când crește probabilitatea de a te lăsa furat de emoția puternică și excitația sexuală pe care imaginea pornografică o produce. Iar acest lucru, se produce mai cu seamă atunci când emoția atinge acel grad în care poate înăbuși gândirea rațională, blocând capacitatea de analiză și de decizie, vorbirea și înțelegerea rațională a situației parcurse. Furia, bucuria puternică, o catastrofă produsă de un incendiu sau de cutremur sunt momentele în care cei mai mulți dintre noi avem ocazia de a experimenta blocajul pe care amigdala îl realizează asupra proceselor raționale procesate de neocortex.²⁶⁷

Faptul că emoțiile pot fi percepute independent de procesele cognitive desfășurate în neocortex ne este dovedit și de cercetările efectuate de Sally Springer și Georg Deutsch de la State University din New York, la Stony Brook. Cunoscut fiind faptul că emisfera dreaptă se ocupă de procesarea

²⁶⁶ *Ibidem.*, p. 18.

²⁶⁷ Fincher, Jack, *The Brain: Mystery of Matter and Mind*, Torstar Books, New York, 1984, p. 92.

imaginilor și a gândirii simbolice, iar cea stângă guvernează gândirea analitică și logică, cei doi cercetători au realizat mai multe experimente cu persoane care, din diferite motive, aveau întreruptă puntea care unește cele două emisfere.

„Unei paciente care avea întreruptă legătura între cele două emisfere cerebrale i s-a cerut să-și fixeze atenția asupra unui punct de pe un ecran. O femeie dezbrăcată a apărut o fracțiune de secundă în stânga punctului. N.G. a roșit un pic și a început să chicotească. A fost întrebată ce a văzut. Ea a spus: «Nimic, doar o scânteiere de lumină» și a chicotit din nou, acoperindu-și gura cu mâna. «Atunci de ce râdeți?» a întrebat-o cercetătorul. «Ce aparat aveți, d-le doctor...» a spus ea.”²⁶⁸ Creierul drept al lui N.G. a reacționat emoțional – a roșit, a chicotit, și-a acoperit gura cu mâna – jenată de fotografia nudului, în pofida faptului că emisfera stângă a creierului își pierduse capacitatea de a explica de ce simte jenă la vederea, timp de o milisecundă, a imaginii cu nudul.”²⁶⁹

Prin urmare, în momentul în care vizionăm involuntar o imagine pornografică, se naște o adevărată luptă între creierul emoțional și cel rațional. Dacă întârziem să venim în sprijinul rațiunii îndreptându-ne în altă parte privirea, putem lesne să fim biruiți. Iar creatorii de pornografie știu bine acest lucru.

Ce determină însă consumul de pornografie?

Este adevărat că, odată surprinși de imaginea pornografică, ne vine destul de greu să ne învingem spontan

²⁶⁸ Springer, Sally și Deutsch, Georg, *Left Brain, Right Brain*, W.H. Freeman, San Francisco, 1981, pp. 29-34. *Apud*. Reisman, J., *op. cit.*, p.16.

²⁶⁹ J.A. Reisman, *op. cit.*

curiozitatea și instinctul cu ajutorul rațiunii. Ce-i face însă pe mulți oameni să se întoarcă la această experiență, care, din punct de vedere sufletesc și emoțional, este puternic traumatizantă?

O anchetă realizată în 2005 a arătat că adolescenții care au întâlnit întâmplător pornografie, mai cu seamă pe internet, erau de 2,5 ori mai predispuși să caute ei singuri site-uri pornografice decât cei care nu văzuseră deloc pornografie.²⁷⁰ Așadar, deși la primul contact cu pornografia adolescenții manifestă rușine, furie și dezgust, ulterior, ca și cum ar fi fost virusați, caută ei înșiși vizionarea de material pornografic. Explicația fenomenului ne este dată tot prin intermediul neuropsihologiei. Se pare că expunerea la mesajul pornografic are capacitatea de a forma puternice conexiuni neuronale.

„La fel cum într-o pădure se creează o potecă cu fiecare excursionist ce trece pe acolo, tot așa se vor crea conexiuni neuronale de fiecare dată când o imagine erotică este vizualizată. Cu timpul, aceste poteci neuronale devin tot mai «largi» pe măsură ce sunt «bătătorite» cu fiecare expunere la pornografie. Interacțiunile cu persoanele de sex feminin vor avea loc automat prin intermediul acestor conexiuni. Circuitul neuronal fixează temeinic acest proces în creier. Cu fiecare privire ațintită, pornografia sapă în creier un defileu similar Marelui Canion, prin care trebuie să curgă imagini cu femei. Toate femeile devin potențiale actrițe porno în mintea acestor bărbați. Fără să-și dea seama, în mintea lor s-a creat un circuit neurologic care le limitează capacitatea de a vedea femeile în mod firesc, așa cum le-a creat Dumnezeu.

²⁷⁰ M.L. Ybarra, K.J. Mitchell, *op.cit.*

Expunerea repetată la pornografie creează, așadar, o «superautostradă» neurologică cu sens unic, iar viața mentală a bărbatului este supra-sexualizată și limitată. Este împrejmuită pe ambele părți de niște ziduri înalte, făcând evadarea aproape imposibilă. Această superautostradă neurologică are multe rampe de acces, dar o singură ieșire. Viața mentală ajunge să se concentreze numai asupra sexului”.²⁷¹

Pe acest mecanism de învățare se bazează întreaga pornografie. Astfel, în momentul în care vizionăm un film pornografic în care o situație oarecare preluată din lumea reală este asociată cu actele sexuale, devine foarte posibil ca atunci când vom întâlni în viața reală o situație asemănătoare, să ne raportăm erotic la ea, iar acest fenomen este direct proporțional cu gradul în care ne-am implicat inițial în scenariul pornografic vizionat. Astfel, prin intermediul filmelor pornografice, traseele plăcerii erotice ajung să se extindă precum plasa de păianjen pe o suprafață tot mai mare din posibila experiență cotidiană a omului zilelor noastre. În limbaj psihologic, acest tip de asociație este numit fetișizare. Am văzut că în experimentele de laborator probabilitatea ca efectul de condiționare sexuală să se realizeze în urma expunerii la materiale pornografice este 100%. Filmulețul cu cele două fete îmbrăcate în costum de cercetaș, care încep prin a face un sondaj de opinie și sfârșesc într-o orgie sexuală, e suficient de relevant. Persoanele care l-au vizionat o dată sau de mai multe ori vor fi tentate să intre în rolul din film atunci când vor întâlni o situație asemănătoare în viața lor. Altfel, vor trebui să îndure tensiunea unei excitații sexuale care își cere hormonal descărcarea.

²⁷¹ M. William Struthers, *op.cit.*

Așadar, producătorii scenariilor pornografice se folosesc de cele mai noi descoperiri ale psihologiei și neuro-psihologiei experimentale pentru a-și arunca plasa asupra minții oamenilor, pentru a-i face pe cât mai mulți dependenți de producția lor de perversiuni, violență sexuală și groază circumscrise de ceea ce numim pornografie.

De ce imaginile pornografice sunt mult mai eficiente decât oricare alte imagini în a se înscrie profund în memoria noastră, scrijelind un traseu în scoarța noastră cerebrală? Cauza o aflăm studiind mulțimea de hormoni și neurotransmițători pe care o induce mesajul pornografic.

Pornografia creează o dependență de ordin chimic (psihofarmacologică)

Experiențele realizate cu tomograful cu emisie de pozitroni demonstrează că pornografia acționează prin aceleași mecanisme neurologice ca și drogurile și chiar asupra acelorași zone din creier.²⁷² Spre exemplu, când este puternic activată Zona Ventrală Tegumentară (VTG) se eliberează în creier o mare cantitate de dopamină. Acesta ar fi principalul mecanism prin care materialele pornografice și drogurile generează dependența. Dopamina este neurotransmițătorul care ne spune ce este important pentru noi, ne orientează atenția, ne direcționează energia către un comportament sau către un stimul care ar fi vital sau semnificativ pentru viața noastră. Însăși emi-

²⁷² Childress, Anna Rose; Ehrman, Ronald N.; Wang, Ze; Li, Yin; Sciortino, Nathan; Hakun, Jonathan; Jens, William; Suh, Jesse; Listerud, John; Marquez, Kathleen; Franklin, Teresa; Langleben, Daniel; Detre, John și O'Brien, Charles P., „Prelude to Passion: Limbic Activation by „Unseen” Drug and Sexual Cues”, *PLoS ONE*, No. 3(1), 2008, p. 1506.

sia acestui neurotransmițător constituie recompensa pe care o anunță creierul prin starea de destindere, de euforie și plăcere pe care o produce atunci când ne angajăm într-un comportament considerat plăcut sau necesar: o masă bună atunci când ne e foame, a bea un pahar cu Fanta atunci când ne e sete, în condițiile în care deja a fost condiționată dependența de acest suc etc. Mâncatul și reprezentarea mâncării celei mai bune, băutul și anticiparea băuturii celei mai plăcute, dorința sexuală și direcția în care aceasta este îndreptată sunt moderate prin emisia de dopamină, care ne spune ce anume e plăcut și cât de mult să ne angajăm în comportamentul respectiv.

Sistemul recompensator, care are la bază producția de dopamină, este esențial pentru existența omului. De aceea, dereglările survenite în acest sistem conduc la boli precum deficitul de atenție, depresia, comportamentele obsesiv-compulsive, parkinsonul și schizofrenia. Având în vedere acest lucru, atunci când există un comportament care stimulează producția de dopamină, producând o stare de euforie sau de plăcere puternică, repetarea acestui comportament poate declanșa dependența. Creierul se învață cu acel stimul și-l cere continuu pentru a-și păstra starea de bine.

De fapt, problema constă în faptul că atât drogurile, cât și pornografia sau alte comportamente pasionale (compulsive), cum ar fi jocul de cărți sau chiar shopping-ul compulsiv, inundă creierul cu o cantitate mult prea mare de dopamină, ceea ce conduce la dereglarea sistemului dopaminergic.²⁷³ Pe de o parte, emisia puternică

²⁷³ Dalley, J.W. et. al., „Neurobehavioral mechanisms of impulsivity: Fronto-striatal systems and functional neurochemistry”, *Pharmacology, Biochemistry and Behavior*, 2008, pp. 237-48.

de dopamină determină dependența de acel comportament, pe de altă parte, creierul se adaptează noii situații (neuroadaptare), reducând sensibilitatea receptorilor (numărul receptorilor care răspund la dopamină), ceea ce înseamnă apariția unor schimbări pe termen lung în circuitul recompensator.²⁷⁴ Dereglarea poate să se mențină luni de zile și chiar ani după încetarea consumului de droguri sau a comportamentului care a indus-o.

Efectele sunt dramatice: „odată ce creierul devine mai puțin sensibil la dopamină, el «devine mai puțin sensibil la factori naturali de stimulare, spune Volkow, precum «plăcerea de a vedea un prieten, de a urmări un film, curiozitatea care determină explorarea.» Singurii stimuli rămași suficient de puternici pentru a activa circuitul motivațional, spune ea, sunt drogurile.”²⁷⁵

În cazul nostru, pornografia e cea care produce această dereglare a sistemului de recompensă, adică slăbește atenția și motivația, accentuează anxietatea și depresia. Individul tinde să se reîntoarcă la pornografie – unul dintre puținele comportamente care-l mai pot motiva, care-i pot reduce tensiunea interioară sau depresia.

De ce trebuie să se recurgă la materialul pornografic și nu la alt comportament compulsiv care, la rândul său, poate stimula secreția de dopamină? Acest neurotransmițător împreună cu noradrenalina nu numai că ne atrage atenția asupra anumitor evenimente semnificative, dar și ajută omul să le „învețe să le recunoască și, în anumite cazuri, să le repete.”²⁷⁶ Așadar, dopamina joacă un rol esențial în învățare, în deprinderea unor tipare comportamentale.

²⁷⁴ *Science* din 2 noiembrie 2001.

²⁷⁵ J.A. Reisman, *op. cit.*

²⁷⁶ *Science*, 1997.

Cu cât emoția e mai puternică, cu cât e mai mare cantitatea de dopamină secretată de Aria Ventrală Tegumentară, cu atât mai pregnantă va fi imprimarea comportamentului respectiv în memoria individului și, desigur, atracția către repetarea sa. E vorba de un traseu neuronal nou, dar cu un profil foarte proeminent care, pe măsură ce se repetă comportamentul, se adâncește și se lărgeste tot mai mult.

În cazul pornografiei, experiența este învățată cu rapiditate atât pentru cantitatea mare de dopamină emisă, cât și pentru faptul că toți ceilalți hormoni eliberați în organism în urma excitației sexuale dau un impact emoțional deosebit actului respectiv. De exemplu, în cazul vizionării pornografiei, apare o creștere a nivelului dopaminei, dar și a testosteronului. Mărirea nivelului de testosteron însă, produsă în mod direct de actul excitatoriu, comandă la rândul ei creșterea cantității de dopamină, indicând prin aceasta comportamentul sexual de descărcare a tensiunii acumulate. În acest moment, descărcarea prin actul sexual sau prin masturbare va fixa cu putere experiența respectivă în memorie, căci experiența va fi însoțită atât de o revărsare puternică de dopamină și oxitocină (hormon care consolidează legătura), cât și de o blocare a amigdalei, adică eliberarea totală de tensiunea anxioasă pe care aceasta o generase până la momentul producerii orgasmului. Această experiență este atât de intensă, încât e capabilă să scrijelească un traseu adânc în cortexul nostru, traseu pe care vom tinde să-l urmărim și cu alte ocazii. În toate studiile se demonstrează faptul că masturbarea e aceea care accelerează procesul de dependență.

Efectele suprastimulării sexuale și ale masturbării produse de pornografie

MĂRTURIE: „Mă cheamă John și am aproape 17 ani.

În țara mea, nouă, copiilor ni se spune că masturbarea este sigură și că poți să o faci toată ziua fără niciun efect secundar. Am crezut acest lucru până de curând. De ce ne spun aceste lucruri dacă nu sunt adevărate? Dacă se știe adevărul, de ce nu este publicat și acceptat în lumea medicală?

M-am masturbat – am crezut că e ceva normal – încă de când am împlinit aproximativ 12 ani... În cele din urmă, o făceam în fiecare zi, de multe ori cu poze pornografice. Uneori simțeam nevoia să urinez după ejaculare, dar apoi simțeam o durere intensă, fără însă să urinez mult. Durerea dispărea după aproximativ 40 de minute și nu era atât de deasă (o dată la câteva săptămâni). Am căutat pe *Google*. Mulți alți băieți aveau aceeași problemă și spuneau că e ceva normal și că nu e motiv de îngrijorare.

Din cauza problemelor de sănătate, de anul trecut nu mă mai masturbez atât de des. Numai aproximativ de două ori pe săptămână. Iar de acum înainte, nu vreau să mă mai masturbez vreodată.

De 8 luni încoace, am mai multe simptome. Iată care sunt cele mai importante: a început cu o durere în brațe și degete. La început, am crezut că provine de la cântatul la chitară, dar terapia nu a ajutat. De asemenea, calmantele nu au ajutat în niciun fel. Acum am dureri în spate (în ceafă și uneori mai jos) și mă doare

când îmi ating coastele. Apoi, sufăr de dureri de prostată (medicii nu știau în niciun moment ce se petrece), dureri ale testiculelor și penisului; de asemenea, ale picioarelor. Dureri mari de spate (partea inferioară); durerea de prostată mă omora și când eram așezat.

Am avut pe urmă dureri de cap, contracții ale mușchilor, dureri de dinți, urechi, uneori, și bâzâit în urechi. Oboseală, anxietate, coșmaruri urâte, senzație de răceală, atacuri de panică, uneori febră (38.5°C) numai pentru două ore. De Crăciun, am avut probleme foarte mari de mers: se auzeau trosnituri ale încheieturilor. De asemenea, am o atrofie a pielii. Durerile se mutau dintr-o parte în alta și niciodată în toate locurile deodată.

Medicii neurologi nu au descoperit nimic: mi-au scanat spatele și creierul cu MRT (Rezonanță magnetică nucleară), mai multe teste de sânge – și nimic. Au spus că e ceva psihosomatic. La rândul lor, urologii nu au descoperit nimic. Părinții mei cred că este borelioză sau fibromialgie.

Sunt o persoană nu foarte înaltă: 1.60 m înălțime. O greutate de 64 kg. Degete mici... Oare înălțimea și lungimea atât de mici ale corpului meu sunt cauzate de lipsa hormonilor de creștere sau de lipsa testosteronului provocată de masturbare? Oare se poate rezolva această problemă până când împlinesc 21 de ani (voi mai putea crește până la mărimea dată de gene?) sau m-am transformat singur într-un pitic și este prea târziu? Epuizarea sexuală are vreo limită sau voi suferi până la sfârșitul vieții mele (sunt speriat de moarte și atât de depresiv)?

Vă rog să-mi răspundeți!" 01/29/2008²⁷⁷ ■

²⁷⁷ <http://www.actionlove.com/cases/case15655.htm>

Suprastimularea sexuală, precum și masturbarea frecventă distrug întregul echilibru organic, nervos și psihologic al celui care consumă pornografie.

Oamenii consumă pornografie ademeniți de plăcerea facilă pe care aceasta o provoacă. Înșelarea este însă pe măsura așteptărilor, căci pornografia doar promite plăcere și relaxare, conducând însă la un stres teribil și la depresie.

„Pornografia mai mult excită decât satisface, susține dr. Doidge, pentru că avem două sisteme separate de agrement în creierul nostru, unul care are de-a face cu plăcerea care excită și unul cu plăcerea care satisface. Sistemul excitant se referă la plăcerea „apetitivă” cu care primim imaginile pe care le dorim, cum ar fi sexul sau o masă bună. Neurochimia sa este în mare măsură legată de dopamină și ridică nivelul nostru de tensiune.”²⁷⁸

Și, pentru că nivelul de anxietate produs de pornografie e extrem de ridicat, apare nevoia iminentă a descărcării acesteia prin relația sexuală. Acest lucru nu este posibil, nu numai pentru că bărbatul sau femeia se află în general singuri în fața ecranului, ci și pentru că excitația e produsă de imaginile personajelor din film și nu de o persoană aflată în apropiere. Prin urmare, mai devreme sau mai târziu se ajunge la masturbare. Ejacularea sau orgasmul produs țin de sistemul de plăcere al consumului efectiv, care se bazează pe eliberarea de endorfine ce oferă „o stare de plăcere calmantă, o fericire pașnică și euforică.”²⁷⁹

²⁷⁸ N. Doidge, *The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science* (New York: Viking, 2007), p. 108.

²⁷⁹ Idem.

Pornografia nu poate fi separată de masturbare

Căci nu se poate ca cineva să se excite sexual vizionând pornografie fără a suferi transformările organice corespunzătoare iminenței unui act sexual; aceasta înseamnă că nici nu va putea evita prea mult descărcarea orgasmică pe care o cer nivelele crescute de hormoni sexuali. Majoritatea consumatorilor de pornografie ajung, mai devreme sau mai târziu, să se masturbeze constant. Cercul vicios este una dintre trăsăturile fundamentale ale consumului de pornografie. Dacă se evită masturbarea, urmează suferința nervoasă și psihică la care conduce excitația sexuală. Dacă se apelează la masturbare, dereglările organice și psihice vor fi cu mult mai grave, căci numai în prima fază și doar parțial aceasta va procura plăcerea așteptată. Nefiind întemeiată pe relația afectivă interpersonală, masturbarea nu e capabilă să producă suficiente endorfine, oxitocină și prolactin pentru a asigura liniștea și relaxarea căutată. Aceasta înseamnă că totdeauna va rămâne un rest de tensiune frustrantă, care va proiecta individul către repetarea comportamentului, cu consecința adâncirii stării de neîmplinire și depresie.

Problema principală pe care o ridică pornografia este aceea că efortul psihologic, nervos și organic pentru menținerea excitației sexuale la un nivel înalt și pentru suportarea unei frecvențe crescute a masturbării sau a ejaculării în cazul bărbatului e mult mai mare decât organismul uman este pregătit să-l suporte. În mare parte, aceleași simptome și dereglări apar ca și în cazul consumului de droguri și a stresului excesiv, întins pe o perioadă lungă de timp.

În linii mari, suprastimularea sexuală prelungită și masturbarea, orgasmul sau ejaculările frecvente conduc

la așa-zisul sindrom al epuizării sexuale, ceea ce înseamnă dureri fizice, tulburări psihologice, scăderea imunității, distrugerea celulei nervoase și îmbătrânire prematură.

Înseși funcțiile sexuale vor fi perturbate major, atât la nivel hormonal cât și în dinamica dispoziției și a realizării actului sexual, cum ar fi la bărbați problemele erectile și ejacularea precoce, până la impotență, începând chiar cu vârste de 25-30 de ani, în funcție de frecvența masturbării și de vârsta debutului consumului de pornografie.

Epuizarea sexuală și dereglările axei hipotalamus –hipofiză – suprarenale – testicule/ ovare

Simptomele epuizării sexuale sunt legate direct de disfuncțiile apărute la nivelul axei hipotalamus – glanda pituitară (hipofiza) – glanda adrenală (suprarenalele), glande sexuale (testicule sau ovare). Hipotalamusul este locul din creier unde se află centrul foamei, al setei și al reproducerii sexuale. El dă semnalele care modulează prin glanda hipofiză secreția mai multor hormoni, printre care și cei sexuali. Glanda adrenală sau suprarenalele secretă, în principal, epinefrina și norepinefrina, cunoscute și ca adrenalina și noradrenalina, precum și o mică cantitate de estrogen și testosteron, restul hormonilor sexuali fiind secretați la nivelul testiculelor și al ovarelor. Toți acești hormoni sunt implicați atât în procesul reproductiv, cât și în dezvoltarea și funcționarea organismului uman în general. Spre exemplu, testosteronul joacă un rol important în dezvoltarea creierului, a ficatului și a altor organe în

cazul bărbaților. Adrenalina²⁸⁰ este hormonul care ne susține în momentele de efort, în cazurile de stres – teamă, luptă sau fugă, dar joacă un rol important și în procesul de excitație sexuală sau în memoria actelor sexuale.

Noradrenalina²⁸¹ este implicată în reglarea funcțiilor cognitive pe calea cortexului cerebral, a funcțiilor afective prin intermediul sistemului limbic, a funcțiilor endocrine și autonome (ale sistemului nervos vegetativ) prin intermediul hipotalamusului. Noradrenalina mediază excitarea. Prin urmare, ea joacă un rol important în procesul de învățare, contribuind, de asemenea, la alegerea stimulilor importanți pe care îi consideră demni de o analiză ulterioară.

Deși joacă un rol atât de important în organism, atât adrenalina, cât și noradrenalina, când sunt produse în cantități foarte mari și pe termen lung, pot afecta grav sănătatea omului. Acest lucru se petrece în cazul suprastimulării sexuale deoarece cantitatea celor doi hormoni-neurotransmițători rămâne crescută foarte mult și după încheierea contactului sexual. În condițiile unei vieți sexuale normale, organismul are timpul necesar de a se reface în urma unui act sexual, însă consumul de pornografie intervine în acest proces, întreținând o stare de excitație extremă, pe perioade lungi de timp, cu o frecvență din ce în ce mai mare de repetare a sesiunilor, cu mai multe or-

²⁸⁰ Eliberarea acestui hormon în organism contribuie la creșterea ritmului cardiac, la presiunii sanguine, la dilatarea bronhiilor și producerea masivă de energie prin arderea lipidelor și prin sinteza glucozei. Crește circulația sângelui la nivelul sistemului nervos central, în cadrul căruia joacă și funcția de transmitător neuronal; cuplat cu proteina-G, joacă un rol intermediar și de activator al receptorilor nervoși.

²⁸¹ Noradrenalina (NA) este un hormon adrengenic cu rol vasoconstrictor la nivelul Sistemului Nervos Central, mărește contractilitatea cordului. În același timp, este și un neurotransmițător postganglionar al neuronilor simpatici. În creier, neuronii care o utilizează și o sintetizează cel mai mult se află în trunchiul cerebral.

gasmе și ejaculări săptămânale și chiar zilnice, mai ales în cazul masturbării.

Epuizarea sexuală distruge celula nervoasă, producând pierderi de memorie, dureri de cap și o îmbătrânire prematură

Excitația sexuală crește cantitatea de neurotransmițători – dopamină, glutamat²⁸², noradrenalină și adrenalină –, precum și prostaglandină E2 până la nivelul la care acestea devin toxice pentru celula nervoasă, distrugând-o.

Cantitatea excesivă de dopamină și noradrenalină produse de suprastimularea sexuală sau de masturbare²⁸³ atrage după sine acțiunea enzimei monoamina oxidaza (MAO), care reduce dopamina²⁸⁴ și noradrenalina, convertindu-le prin deaminare în DOPAL²⁸⁵ și DOPEGAL. Astfel știe creierul să se protejeze în fața excesului acestor neurotransmițători. Din păcate, însă, acești doi metaboliți ai neurotransmițătorilor amintiți, DOPAL și DOPEGAL, sunt extrem de toxici pentru celula nervoasă.²⁸⁶ Cercetările

²⁸² Hull, Elaine M.; Dominguez, Juan M., „Getting his act together: roles of glutamate, nitric oxide and dopamine in the medial preoptic area”, *BRAIN RESEARCH*, No. 1126, 2006, pp. 66 – 75.

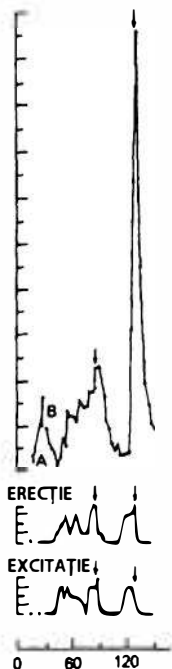
²⁸³ Atât stresul excesiv, cât și drogurile produc exact același efect.

²⁸⁴ Burke, W.J.; Kumar, V.B.; Pandey, N.; Panneton, W.M.; Gan, Q., Franko, M.W.; O'Dell, M.; Li, S.W.; Pan, Y.; Chung, H.D.; Galvin, J.E., „Aggregation of alpha-synuclein by DOPAL, the monoamine oxidase metabolite of dopamine”, *Acta Neuropathology*, No. 115(2), feb. 2008.

²⁸⁵ Marchitti, Satori A.; Deitrich, Richard A. și Vasiliou, Vasilis, „Neurotoxicity and Metabolism of the Catecholamine-Derived 3,4-Dihydroxyphenylacetaldehyde and 3,4-Dihydroxyphenylglycolaldehyde: The Role of Aldehyde Dehydrogenase”, *Pharmacological Reviews*, No. 2, vol. 59, iunie 2007, pp. 125-150.

²⁸⁶ Macarthur, H.; Koloe, L.L.; Westfalle, T.C.; Anwarf, M.; Glickstein, S.B. și Ruggierof, D.A., „Catecholamine monoamine oxidase a metabolite in adrenergic neurons is cytotoxic in vivo”, *Brain Research*, No. 1-2, vol. 891, 9 februarie 2001, pp. 218-227.

din ultimii 15 ani au demonstrat că aceste două neurotoxine joacă un rol esențial în apariția Parkinsonului²⁸⁷, a bolii Alzheimer, a leziunilor corticale, a afecțiunilor cognitive.²⁸⁸ Produc, de asemenea, tulburări de dezvoltare mai ales la nivelul sistemului nervos și o îmbătrânire prematură.²⁸⁹



În graficul alăturat se poate observa creșterea noradrenalinei în plasma sanguină în condiții de laborator. Creșterea este perfect proporțională cu nivelul de excitație, lucru care se petrece identic și în cazul dopaminei. Săgețile indică punctul de apariție al orgasmului. La minutul 84 a sunat un telefon, ceea ce a condus, din cauza nervozității subiecților, la reducerea excitației. După revenirea excitației, bărbatul s-a masturbat, lucru care a determinat la cel de-al doilea orgasm o creștere anormal de mare a noradrenalinei, o creștere cu 1200% față de valorile sale normale².

²⁸⁷ Mattamall, M.B.; Haring, J.H.; Chung, H.D.; Raghu, G.; Strong, R., „An endogenous dopaminergic neurotoxin: implication for Parkinson's disease”, *Neurodegeneration*, No. 4(3), septembrie 1995, pp. 271-81.

²⁸⁸ „Neurotoxic catecholamine metabolite in nociceptors contributes to painful peripheral neuropathy”, *European Journal of Neuroscience*, No. 6, vol. 28, septembrie 2008, pp. 1180-1190.

²⁸⁹ Burke, W.J.; Li, Shu Wen; Chung, H.D.; Ruggiero, D.A.; Kristal, B.S.; Johnson, E.M.; Lampe, P.; Kumar, V.B.; Franko, M.; Williams, E.A. și Zahm, D.S., „Neurotoxicity of MAO Metabolites of Catecholamine Role in Neurodegenerative Diseases”, *Original Research Article NeuroToxicology*, No. 1-2, vol. 25, ianuarie 2004, pp. 101-115.

Glutamatul este deja celebru pentru efectul său neurotoxic.²⁹⁰ Atunci când ajunge să aibă un nivel ridicat, produce așa-numita excitotoxicitate (excită celula nervoasă până o distruge) și astfel generează moartea celulei prin apoptoză. Ce se întâmplă însă atunci când stimularea sexuală – cu tot ceea ce atrage aceasta după sine – produce o cantitate excesivă de glutamat în creier?²⁹¹ În condiții normale, excesul de glutamat este convertit de anumite enzime produse de ficat în neurotransmițătorul GABA și în glutathion, care, după încheierea actului sexual, contribuie la producerea de melatonină – hormonul somnului, ajutând astfel la refacerea organismului. Dacă însă ficatul este obosit, din cauza stresului unei suprastimulări sexuale – orgasme și ejaculări repetate –, a băuturii și a drogului, atunci enzimele necesare reducerii glutamatului vor lipsi, consecința fiind distrugerea celulelor nervoase de către acesta din urmă.²⁹²

Care este efectul acestei intoxicații a creierului cu proprii săi neurotransmițători deveniți adevărate droguri endogene? Pierderea concentrării și deficitul de atenție, confuzie, instabilitate emoțională și depresie. Iată cazul unui bărbat de aproape 30 de ani.

MĂRTURIE: „Permiteți-mi să vă împărtășesc problemele mele.

M-am masturbat în exces jumătate din viața mea. Am început să o fac la vârsta de 15 ani și am continuat să fac acest lucru de atunci și până acum. Mă mastur-

²⁹⁰ <http://www.sailhome.org/Concerns/Excitotoxins.html>

²⁹¹ Dominguez, J.M.; Gil, Mario și Hull, E.M., „Preoptic Glutamate Facilitates Male Sexual Behavior”, *The Journal of Neuroscience*, No. 26(6), 8 februarie 2006, pp. 1699–1703, 1699.

²⁹² Camacho, A. și Massieu, L., „Role of glutamate transporters in the clearance and release of glutamate during ischemia and its relation to neuronal death”, *Archives of Medical Research*, No. 37(1), 2006, pp. 11-18. PMID 16314180. Document accesat la data de 31 ianuarie 2007.

bam aproape zilnic și, mai ales când eram tânăr, chiar și de 2-3 ori pe zi. Însă recent (de 1 sau 2 ani), am ajuns să mă masturbez o dată pe zi întrucât mă simt foarte extenuat. Încerc să nu mă mai masturbez zilnic și reușesc să mă abțin ceva timp, dar, de obicei, sfârșesc făcând acest lucru în mod regulat.

Încerc să opresc acest obicei autodistructiv și simt nevoia de a mă vindeca și de a duce o viață normală. Cred că masturbarea mi-a afectat viața într-un mod negativ: sufăr de depresie, anxietate, instabilitate emoțională, probleme de auz (urechile îmi țiuie), lipsă de concentrare, oboseală, epuizare, transpirație în exces, mușchi slabi etc.

Iată sumarul problemelor prin care trec:

1. depresie, stres, anxietate și instabilitate emoțională (dispoziție nestatornică);
2. deficit de atenție și absență a minții (pierderea de memorie și de concentrare a minții);
3. ochi umezi și sensibili la lumina soarelui;
4. țiuie în urechi (dificultate de a auzi când oamenii vorbesc cu voce scăzută);
5. libido scăzut, epuizare și oboseală;
7. tulburări de somn și simptomele asociate: somnolență, somn în exces, vedere încețoșată și mahmureală;
8. transpirație în exces;
9. oboseală, sfârșeală și epuizare;
10. slăbiciune musculară;
11. tremur și spasme musculare (simptome pre-Parkinson).

Vă rog să-mi spuneți ce credeți că ar trebui să fac pentru a remedia această problemă.

Vă mulțumesc, A. K 8/13/2009²⁹³ ■

²⁹³ <http://www.actionlove.com/cases/case16407.htm>

Extenuare, stări de vomă, probleme de memorie, psihoză, depresie, anxietate și scăderea imunității

De asemenea, epuizarea sexuală, arată dr. Lin, conduce la un dezechilibru al mecanismului de emisie a cortizolului²⁹⁴, ceea ce înseamnă fie apariția unui hiper-cortizolism, fie a hipocortizolismului. Ambele afectează major organismul. Spre exemplu, cantitatea prea mică de cortizon provoacă următoarele simptome: „extenuare, slăbirea mușchiului, stări de vomă, diaree, dureri de cap, transpirații, înnegrirea pielii în jurul ochilor și în alte părți ale corpului.”

O cantitate prea mare de cortizol induce însă: „o predispoziție la inflamații ale pielii (în special în penis, testicule, față, sâni, mâini, picioare etc.); insomnie; libido redus; impotență; infertilitate; euforie, psihoză, depresie, anxietate; hipertensiune persistentă; hiperglicemie; tulburări gastro-intestinale, reprimarea funcției imune; incapacitate de vindecare a rănilor; osteoporoza, deoarece cortizolul în exces afectează suprarenale, funcțiile testiculare și ovariene.”²⁹⁵

Creșterea cantității de cortizol este corelată cu reprimarea producției de hormoni androgeni de către suprarenale și testicule, fapt determinat și de emisia unei cantități mari de prolactină timp de 2-4 ceasuri după orgasm sau ejaculare. Aceasta conduce la apariția unei

²⁹⁴ Cortizolul joacă un rol extrem de important în organism, contribuind la metabolismul glucozei, la regularizarea presiunii sângelui, la menținerea nivelului normal de insulină, la răspunsul antiinflamatoriu al organismului. Ca și adrenalina, este produs de suprarenale și se mai numește hormon al stresului. Joacă un rol important și în reacția autoimună.

²⁹⁵ Dr Lin <http://lin-institute.com/>

stări de mahmureală, a pierderilor de memorie și a depresiilor, aspecte întâlnite adesea în cazurile epuizării sexuale.

Boli ale ficatului și ale aparatului digestiv, dereglări sexuale, impotență, cancer de sân și cancer de prostată

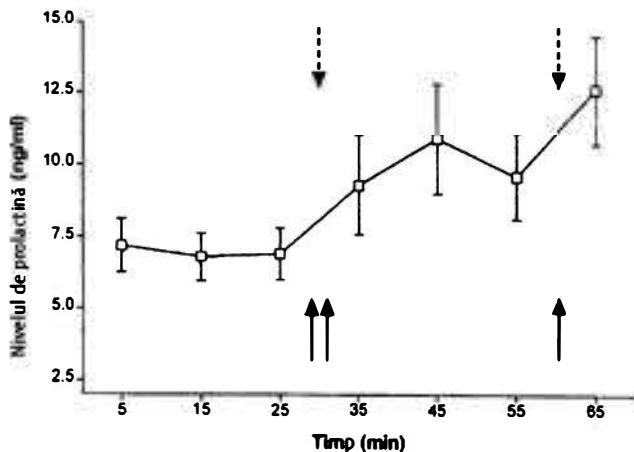
Prolactina este un alt hormon implicat direct în mecanismului actului sexual. Creșterea nivelului de prolactină după încheierea ejaculării sau a orgasmului neutralizează efectul dopaminei și a noradrenalinei, coborând brusc nivelul de excitație și funcțiile erectile pentru a proteja sistemul neuroimun. Este un mecanism de apărare al organismului în fața epuizării pe care o produce excitația sexuală, actul sexual în general.

Prolactina este secretată în cantitate mare, timp de câteva ceasuri după încetarea actului sexual. Dar, în situația epuizării sexuale, ea poate rămâne la un nivel ridicat până la câteva zile.

Creșterea prolactinei, corelată cu creșterea nivelului de cortizon, blochează, de asemenea, producția de hormoni sexuali. În special nivelul hormonilor androgeni, DHEA, androstenedione, testosteronul și DHT-ul va fi menținut foarte scăzut²⁹⁶, ceea ce va conduce în cazul epuizării sexuale la inflamații dureroase în trup, crampe

²⁹⁶ Fernández-Guasti, A.; Rodríguez-Manzo, G.; Scand, J., „Pharmacological and physiological aspects of sexual exhaustion in male rats”, *Psychology*, No. 44 (3), iulie 2003, pp. 257-63.

musculare etc. Afecțiunile vor fi proporționale ca amplitudine cu scăderea nivelului de androgeni.



În figură, se poate observa creșterea prolactinei în două orgasme consecutive realizate la jumătate de oră unul după celălalt în condiții de laborator – vezi săgețile. Se observă faptul că prolactina crește mult mai mult a doua oară spre a produce sațietatea sexuală și a împinge organismul la relaxare.

Solicitarea frecventă duce la creșteri patologice ale prolactinei pe durate lungi de timp.

În cazul în care sindromul epuizării sexuale persistă ca urmare a suprastimulării continue prin pornografie și masturbare, nivelul de prolactin ar putea rămâne la un nivel suficient de ridicat pentru a declanșa scăderea libidoului²⁹⁷ și impotența.

²⁹⁷ Foster, R.S.; Mulcahy, J.J.; Callaghan, J.T.; Crabtree, R.; Brashear, D., „Role of serum prolactin determination in evaluation of impotent patient”, *Urology*, No. 36(6),

Caz tipic de exces de prolactină și cortizol

MĂRTURIE: „Am început să mă masturbez la vârsta de 13 ani. Mă masturbam de mai multe ori pe săptămână. Din păcate, nu înțelegeam rezultatul acestei practici și, la vârsta de 15 ani, am început să resimt o dorință sexuală redusă și o dificultate în a avea erecție. Recent, am fost să consult un medic și, după câteva teste, mi-a spus că singurul lucru neobișnuit era faptul că nivelurile de prolactină erau mai ridicate.

Încep să am spasme musculare și convulsii în diferite regiuni ale corpului. Apoi mușchii spatelui, picioarelor, brațelor și șoldurilor încep să-mi provoace dureri. Mușchii îi simt încordați și cumva duri și producându-mi o ușoară durere. Încheieturile îmi pocnesc și trosnesc, mai ales cele ale mâinilor, genunchilor, picioarelor, coatelor. Sternul chiar mi s-a înfundat. În locurile durerilor musculare, mușchiul se poate contracta. Ceea ce se întâmplă și cu partea de jos a picioarelor și cu degetele de la picioare, astfel încât degetul nu se îndreaptă decât dacă îl ajut eu. Organul meu arată roșu și contractat și simt o senzație de arsură, iar uneori de răceală în vîntre, șezut, picioare și lafele picioarelor. Apreciez foarte mult ajutorul dumneavoastră.

Vă mulțumesc! 3/20/2009²⁹⁸ ■

Oricum, scăderea nivelului de androgeni poate avea consecințe dintre cele mai grave pentru sănătatea individului, în sensul că pot conduce prematur la boli ale ficatului, splinei, ale aparatului digestiv, ale aparatului cardiovascular, ale testiculelor, precum și la o slăbire a vederii.

Dr. Lin susține că scăderea nivelului mediu de testosteron la bărbații americani, după revoluția sexuală a anilor 60' din secolul trecut, ar avea drept cauză principală abuzul de relații sexuale, în special creșterea numărului de ejaculări și orgasme, cu consecința îmbătrânirii axei hipotalamus-glanda pituitară-suprarenale-testicule. Din cele câteva mii de emailuri trimise doctorului Lin de către tineri americani, precum cel de mai sunt, rezultă că frecvența masturbare de la o vârstă fragedă conduce în mod foarte probabil la apariția andropauzei (menopauza la bărbați) chiar de la vârste cuprinse între 20 și 30 de ani.

Dar, pe lângă afectarea funcțiilor sexuale, nivelul excesiv de prolactin produs pe o perioadă lungă de timp constituie un important factor de risc pentru apariția cancerului de sân²⁹⁹ și a cancerului de prostată.³⁰⁰

Inflamația articulațiilor, febră, mahnireală și pierderea memoriei de scurtă durată

Sexul excesiv, subliniază doctorul Lin, conduce la producția în exces de prostaglandină E2, o substanță asemă-

²⁹⁹ „New Evidence Of Prolactin's Possible Role In Breast Cancer Uncovered”, Thomas Jefferson University, 3 octombrie 2007. *ScienceDaily*, University Of Pennsylvania Medical Center, 23 septembrie 1998. „A Role For Prolactin In Breast Cancer și Prolactin blocks oncogene associated with poor prognosis in breast cancer”, în *ScienceDaily* din 4 februarie 2010, Thomas Jefferson University.

³⁰⁰ Dagvadorj, A.; Collins, S.; Jomain, J.B.; Abdulghani, J.; Karras, J.; Zellweger, T.; Li, H.; Nurmi, M.; Alanen, K.; Mirtti, T.; Visakorpi, T.; Bubendorf, L.; Goffin, V.; Nevalainen, M.T., „Autocrine prolactin promotes prostate cancer cell growth via Janus kinase-2-signal transducer and activator of transcription-5a/b signaling pathway”, *Endocrinology*, No. 148(7), iulie 2007, pp. 3089-101. Epub, 5 aprilie 2007 și Harvey, Philip W.; Everett, David J.; Springall, Christopher J., „Adverse effects of prolactin in rodents and humans: breast and prostate cancer”, *Journal of Psychopharmacology*, No. 24 (9), UK, septembrie 2010.

nătoare ca structură hormonilor, având o acțiune proinflamatorie și termoreglatoare. În contextul excitației sexuale, prostaglandina E2 este cea care produce o încălzire profundă a țesuturilor atât în creier și în glandele hormonale, cât și în organele sexuale prin dilatarea arterelor și pomparea sângelui în acestea. Acesta răspunde și de excitația locală a nervilor senzitivi. În condiții normale, stimularea nervoasă produsă de prostaglandina E2 este controlată de alți hormoni, dar, în cazul epuizării sexuale, cantitatea hormonului inhibitoriu GABA și a endorfinelor este mult prea scăzută, astfel încât apar primele simptome ale stării de epuizare: inflamații, dureri, crampe, urinare frecventă, orgasm și ejaculare premature, disfuncție erectilă, dureri de cap sau migrene, stări inflamatorii, tulburări de auz și văz³⁰¹ și dureri ale organelor sexuale, gâtului, stomacului și articulațiilor. Prin aceasta putem vedea că, alături de noradrenalină și dopamină, prostaglandin E2 mediază în întregul organism starea de excitație sexuală.

Dar, dacă nici nivelul GABA și cel al endorfinelor și nici testosteronul DHT nu sunt în cantități necesare modulării acțiunii acestui tip de hormon, prostaglandină E2 va provoca inflamații ale organelor interne și ale articulațiilor, precum și o reprimare a răspunsului neuroimun, însoțită de infecții și alergii, precum și de o senzație de căldură, mai ales la nivelul creierului.

Dacă nu sunt luate în seamă aceste semnale și se dă curs consumului de pornografie și masturbării, prostaglandina E2 va mări starea de inflamație, va produce fe-

³⁰¹ Green, Keith și Kim, Keun, „Interaction of adrenergic antagonists with prostaglandin E2 and tetrahydrocannabinol in the eye”, *Ophthalmol. Vis. Sci. Engstrom and Dunham*, No. 22 (6), p. 757.

bră, tulburări ale somnului, ajungând până la un puternic efect neurotoxic.

Persistența excitației sexuale prin consumul tot mai des de pornografie și prin extinderea asociativă a excitării în contextul întâlnirii persoanelor de sex opus în cadrul acelorași scenarii pornografice, va face ca prostaglandina E2 să aibă și un alt efect secundar extrem de periculos. Menținându-se la un nivel ridicat în sânge, aceasta va stimula în mod persistent veziculele seminale, prostata și celelalte organe sexuale ale bărbatului și ale femeii, generând și o căldură arzătoare în toate aceste organe, în creier și în corp în general³⁰². Efectul puternic pe care îl are prostaglandina E2 în actul erecției este binecunoscut. Injectarea sa în penis produce erecție chiar și la cei suferinzi de impotență.³⁰³

În același timp, supraexcitarea glandei pineale prin excesul de prostaglandină E2 va conduce la blocarea producției de melatonină, care are rolul de a induce relaxarea și starea de somn necesare pentru refacerea organismului. Persoanele aflate în starea aceasta nu numai că suferă de o excitație cronică epuizantă, fenomen vizibil în dilatarea pupilelor, dar vor suferi și disconfortul și durerea inflamării organelor sexuale.

În cazul în care hipofiza nu produce suficientă prolactină pentru a inhiba excitația sexuală, prostaglandina E2 va contribui la apariția Sindromului Excitației Sexuale Persistente (Persistent Sexual Arousal Syndrome), adică o stare de excitare permanentă care poate dura de la câteva zile până la câțiva ani, cu efectul epuizării și a distrugerii majore a sistemului nervos și a organismului. Sindromul

³⁰² <http://www.drlin.net/>

³⁰³ http://en.wikipedia.org/wiki/Prostaglandin_E2

se întâlnește mai ales la femei, îndeosebi la cele care se masturbează și este similar priapismului la bărbați. Creșterea nivelului prostaglandinei E2 pe perioade lungi de timp este, de asemenea, un factor de risc în apariția chisturilor ovariene, a cancerului cervical³⁰⁴, a fibromului uterin și a tumorilor³⁰⁵.

Dar prostaglandina E2 este implicată și în regularizarea activității sinaptice în procesul de neuroplasticitate, adică în formarea de noi trasee neuronale, ca mecanism al învățării și al memorării. În contextul nostru, prostaglandina E2 contribuie la imprimarea în memorie a actului sexual. În condițiile în care se află în exces, prin amplificarea potențialului de excitație postsinaptic, va conduce la deformări permanente, dar și la distrugerea sinapselor și a neuronilor. E ca și cum în urma creșterii potențialului s-ar arde aceste circuite neuronale. Astfel, prin distrugerea neuronilor din hipocampus, prostaglandina E2 se face vinovată de degradarea memoriei de scurtă durată și a orientării spațiale. Nu este așadar întâmplător faptul că epuizarea sexuală conduce, după mărturiile existente, la inflamații, pierderi de memorie, scăderea atenției și a concentrării, la stări de mahmureală etc. Iată care sunt câteva dintre efectele excesului de prostaglandină E2.

MĂRTURIE: „Am 21 de ani și sufăr de o continuă luptă cu masturbarea și pornografia. Am început să vi-

³⁰⁴ S. Battersby, K.J. Sales, A.R. Williams, R.A. Anderson, S. Gardner, H.N. Jabbour, *Seminal plasma and prostaglandin E2 up-regulate fibroblast growth factor 2 expression in endometrial adenocarcinoma cells via E-series prostanoid-2 receptor-mediated transactivation of the epidermal growth factor receptor and extracellular signal-regulated kinase pathway*, Hum Reprod. 2006. 22 (1): 36-44.

³⁰⁵ J. Shao, S. B. Lee, H. Guo, B. M. Evers, H. Sheng, *Prostaglandin E2 Stimulates the Growth of Colon Cancer Cells via Induction of Amphiregulin*, Cancer Res September 1, 2003 63;5218.

zionez pornografie în orice formă posibilă încă de la 12-13 ani și am început să mă masturbez de la 14 ani. De la vârsta de 14-15 ani n-am mai fost la fel, am început să sufăr din cauza unei dureri acute de gât, iar corpul mi-a devenit extrem de încordat. Mă masturbam până la 4 ori pe zi, în funcție de cât de stresat eram. O făceam fie în pat, fie pe scaunul de la computer. Dintr-un motiv necunoscut, mi-a amorțit trupul. Trupul mi s-a aplecat tot mai mult și păream obosit, și aveam fața foarte unsuroasă. Nu eram capabil să gândesc clar, dacă reușeam, totuși, să gândesc.

Masturbarea m-a transformat într-un mort în viață. De asemenea, corpul mi-a devenit tot mai umflat și, de fiecare dată când mă masturbez, se umfla și mai mult. Este greu de explicat acest lucru neobișnuit, însă mi-a distrus viața. Încerc să scap de balonare, dar când mă las pradă masturbării devine tot mai greu. E ca într-o situație în care oricum pierzi. De asemenea, mă simt obosit, fără energie, depresiv, anxios, foarte nervos, am dobândit ură față de viață, dispoziții nestatornice și un sentiment de lipsă de sens.

Vreau să mă însănătoșesc...Vreau să încetez să mă mai masturbez!

Vă rog să mă ajutați! 2/21/2008³⁰⁶ ■

Masturbarea: un act sinucigaș!/?

În toate culturile și tradițiile religioase din întreaga istorie a omenirii, masturbarea a fost condamnată, datorită dereglărilor fiziologice și mentale pe care le generează, dar și punerii în pericol a vieții de familie și a nașterii de

³⁰⁶ <http://www.actionlove.com/cases/case15686.htm>

copii. Odată cu revoluția sexuală a anilor '60, se reconsideră însă punctul de vedere asupra masturbării, în contextul discuțiilor privind teoriile malthusiene³⁰⁷ demarate încă din perioada anilor '30, când începuseră deja să se elaboreze metode pentru controlul populației.³⁰⁸

În contextul aceluiași preocupări, chiar și *Organizația Mondială a Sănătății*³⁰⁹ recomandă masturbarea ca metodă contraceptivă și, probabil din aceleași motive, UNESCO o promovează în cadrul programului de educație sexuală destinat copiilor, începând de la vârsta de 6 ani.³¹⁰

Aceasta explică faptul că studiile pe tema masturbării au fost foarte sărace în ultimele decenii, iar mulți dintre psihologi și medici, fideli curentului oficial de promovare a acestei practici contraceptive, au început să o recomande fără nici un discernământ.

Într-adevăr, masturbarea constituie una dintre cele mai eficiente metode de contracepție. În primul rând, după cum s-a putut observa în primul capitol, pentru că autoerotismul cuplat la pornografie anulează dorința de a avea copii. În al doilea rând, la tinerii care se masturbează de la o vârstă fragedă, probabilitatea de a avea copii este foarte redusă, aparatul genital și reproducător

³⁰⁷ Thomas Malthus (1766-1834) a emis pentru prima oară în 1798 ipoteza că în viitor, datorită creșterii populației se va ajunge la foamete și sărăcie. Plecând de la această teorie s-au demarat în secolul al XX-lea o seamă de acțiuni pentru stoparea creșterii populației. În virtutea acestei idei, mai cu seamă mijloacele contraceptive sunt promovate pe scară globală ca și eutanasia sau în cazul nostru pronografia. Orice mijloc care subminează nașterea de copii sau chiar închegarea unei familii poate fi socotit că-și aduce contribuția la reducerea populației. Paradoxal însă, abstinanța sau monahismul nu sunt sprijinite de această cultură.

³⁰⁸ Preocupările pentru controlul populației se reflectă foarte bine în *Minunata lume nouă*, celebra utopie a lui A. Huxley.

³⁰⁹ www.unicef.org/.../BriefingKitForTeachers-STIs.doc

³¹⁰ *International Guidelines on Sexuality Education*, UNESCO, 2009, p. 48.

fiind uzat până la epuizare și dereglat până la a nu mai fi bun de nimic.

În general însă, riscurile acestei metode promovate drept contracepție sunt foarte mari pentru sănătatea biologică și mentală a individului. Și sunt cu mult mai mari astăzi decât până acum, din cauza abundenței mesajului pornografic. Consumatorii de pornografie nu se masturbează o dată sau de două ori pe săptămână, ci în fiecare zi sau chiar de mai multe ori pe zi, de câte ori se confruntă cu mesajul pornografic sau se lasă furați de reveriile unei imaginații hipersexualizate.

Dependența care apare în cazul consumului de pornografie conduce aproape întotdeauna și la o dependență de masturbare, care funcționează ca un adevărat drog, imitând perfect mecanismul acestuia. Când apar sevrăjul, anxietatea, depresia sau starea de rău psihic și fizic, victima pornografiei se refugiază într-un loc unde să nu poată fi văzută de ceilalți, în general în wc, și își ia doza. De aceea, masturbarea nici nu poate fi socotită act sexual, pentru că nu mai are nimic interpersonal, dragostea și dăruirea fiind înlocuite de egoismul așa-zisului autoerotism, de fiorul orgasmului care răvășește întregul organism, slăbind pentru câteva minute sau ceasuri tensiunea anxioasă a sevrăjului.

Drogul își cere drepturile

MĂRTURIE: „În fiecare zi resimt dureri în coapse, pelvis și genunchi. Vederea pare să-mi devină tot mai proastă. De fiecare dată când mă ridic, îmi țiue

urechile și amețesc. Memoria mi-e la pământ și pare să devină tot mai proastă pe zi ce trece. Urinez foarte des și puțin. Sunt extrem de depresiv și apatic. Am 19 ani și mă masturbez de la vârsta de 7 ani. Când ejaculez, nu simt aproape nimic, însă nu pot să-mi depășesc problema masturbării după ani de încercări de a renunța.

Vă rog să mă ajutați! 10/21/2007"³¹¹ ■

Masturbarea micșorează libidoul, produce dereglări ale erecției, infertilitate și impotență

Pentru că masturbarea este un comportament prin excelență compulsiv, este imposibilă păstrarea constantă a frecvenței cu care se apelează la aceasta. Mai cu seamă, dacă pornografia a inițiat comportamentul, frecvența crește atât cât timpul fizic și condițiile o permit. Studiile arată că, în general, copiii și tinerii americani, care au luat contact din primii ani de viață cu pornografia, ajung ca încă de la 7-8 ani să se masturbeze, de câteva ori pe zi. Suficient ca de la 18-20 de ani să intervină problemele sexuale și la 25-30 impotența. Concomitent, din punct de vedere mental, ajung niște legume. Oare cine își dorește aceasta pentru copilul său?!

MĂRTURIE: „Obişnuiesc să mă masturbez în exces și nu pot să controlez masturbarea sau masturbarea în exces. Acest obicei ciudat mi-a ocupat mai mult de 10 ani din viață și nu pot să mă mai las: simt permanent nevoia de a mă masturba. Trupul mi-a slăbit, am mari probleme sexuale...; starea de nervozitate, mânia, lipsa de auto-control, urinarea frecventă și dureri în partea inferioară a spatelui mă luptă permanent.

³¹¹ <http://www.actionlove.com/cases/case15484.htm>

Lucrul cel mai rău este că nu pot să stau în fața oamenilor și discut cu ei. Am dureri la încheieturi. Mi-am pierdut controlul complet al corpului și nu pot să-mi susțin trupul.

Toate acestea s-au petrecut din cauza masturbării. De asemenea, mă simt mereu obosit și fără energie. Simt că din cauza acestui obicei corpul meu a devenit mai afectat. Mă simt impotent sau pe cale de a ajunge acolo. Sunt nervos, am pierderi de memorie, mă simt izolat, separat de lume sau ca și cum aș trăi în lumea mea. Nu am niciun fel de încredere în mine sau auto-control, nicio atitudine pozitivă. Este posibil controlul acestui obicei? Vă rog să-mi răspundeți, ca să-mi pot reveni, să-mi reîntinerez corpul și să-mi recapăt puterea de la început.

Vă rog să mă ajutați! 8/16/2009"³¹² ■

La fel ca drogul, masturbarea se folosește de anumite mecanisme nervoase și hormonale pentru a extrage cât mai multă plăcere în cel mai scurt timp cu putință. Aceste mecanisme nu sunt însă activate conform legilor lor naturale, care implică bunăoară o protecție a organismului în fața excesului și a epuizării. Ca și cum ar fi niște străini care te exploatează, drogul și masturbarea, la care am adăuga și așa-zisul sex oral, epuizează până la distrugere creierul și sistemul nervos, glandele cu secreție internă și organele sexuale. La început, organismul suportă stresul ca un fel de preț al plăcerii obținute, după care începe să se prăbușească. Necazul cel mai mare e însă acela că stricăciunile implică arderea neuronilor și distrugerea rețelelor neuronale, transformări în mare măsură ireversibile.

³¹² <http://www.actionlove.com/cases/case16415.htm>

În condiții normale, atunci când organismul este epuizat în urma unor excitații intense și a unor acte sexuale repetate, apare o anumită inhibiție la o nouă stimulare sexuală; în mod natural, organismul își cere drepturile, iar individul mai mult sau mai puțin conștient dă curs acestui impuls, evitând contactul cu soțul sau cu soția. Dar, și dacă nu l-ar evita, epuizarea determinată de nivele reduse de hormoni sexuali – testosteron în speță – nu favorizează deloc desfășurarea normală a actului sexual. În cazul masturbării însă, stimularea mecanică a organelor sexuale poate să producă noradrenalină și prostaglandină E2 fără intervenția hipotalamusului și a suprarenalelor. Semnalul va fi transmis către creier, unde, prin axa hipotalamus-hipofiză-suprarenale-testicule/ovare, va iniția excitația sexuală la nivelul întregului organism.

Deci, chiar dacă organismul este epuizat și, de la sine, nu ar mai da curs debutului unui nou act sexual, prin stimularea manuală este împins, până la epuizare completă, la a susține istovitoare descărcare neurologică și hormonală necesară unui act sexual, mai cu seamă dacă s-a instalat dependența. Este ca și cum ai lua un ness puternic atunci când te simți obosit, forțând inima să continue efortul, deși ea dă semne de oboseală. Dar mușchiul cardiac va fi din ce în ce mai obosit, până când într-o zi va plesni, apărând infarctul.

În viața conjugală, la capătul unei relații sexuale normale, glanda pituitară secretă oxitocină, un hormon care ajută recuperarea organismului. Cu cât relația de dragoste care-i leagă pe cei doi este mai profundă, cu atât sporește cantitatea de oxitocină emisă, acesta fiind hormonul care, din punct de vedere fiziologic, punctează încheierea actu-

lui sexual, iar psihologic sudează relația dintre soți. Pentru aceasta mai este numit și hormonul atașamentului.

Masturbarea nu produce însă suficientă oxitocină ca să poată favoriza o refacere rapidă a funcțiilor sexuale, a nivelului hormonilor din organism. Ar fi și anormal, căci acest act sau imaginile pornografice subminează oricare atașament sufletesc, închizându-l pe individ în cercul vicios al unei patologice excitații și descărcări orgasmice. În această situație, masturbarea uzează mult mai repede organismul, căci nu-i oferă condițiile hormonale necesare recuperării.

Există o mulțime de mecanisme prin care organismul uman își protejează funcțiile și organele în fața unei oboseli prea mari, care l-ar putea uza și distruge. Însă, stimulentele artificiale în cazul stresului, drogurile și, în contextul discuțiilor noastre, masturbarea, păcălește sau blochează aceste mecanisme cu riscul de a distruge organismul. Starea de oboseală, somnolența, durerile difuze (mai cu seamă cele de cap) sunt astfel de semne ale epuizării. Din păcate, în cazul consumului de pornografie și al masturbării, toate acestea sunt desconsiderate până când apar tulburările de somn, excitația constantă, adică o stare în care înseși mecanismele de apărare și refacere a organismului sunt dereglate. În acest fel, cronicizarea bolilor până la ruina completă a trupului și a psihicului este o problemă de timp.

Patologia sexului oral

Și așa-zisul sex oral este la fel de primejdios ca și masturbarea, atât pentru bărbat, cât și pentru femeie. În esență, sexul oral este tot un tip de masturbare. Iar pentru că

prin acest tip de masturbare mutuală se reduce sau chiar se elimină pe termen lung posibilitatea nașterii de copii este recomandat ca și metodă contraceptivă de diverse organizații și instituții internaționale. Aceasta este și cauza pentru care revistele industriei de consum recomandă sexul oral. Blocarea nașterii de copii este un succes strategic pentru orice corporație care vrea să-și vândă mărfurile, căci consumul unei familii scade, proporțional cu numărul de copii născuți, în majoritatea sectoarelor ce țin de înfrumusețare și modă.

Așadar, în contextul unei campanii bine instrumentate atât la nivelul intereselor politice globale, cât și la cel al revistelor la modă, mulți ajung să practice sexul oral chiar și în cadrul relațiilor conjugale, cu persoanele pe care le iubesc. Puțini realizează consecințele grave ale acestui act care schimbă complet paradigma relației sexuale, atât din punctul de vedere psihologic, cât și neurologic și hormonal.

Relația sexuală normală este cu totul altceva decât sexul oral și celelalte perversiuni. E vorba de două clase de acte sexuale complet diferite. Iar cei care le vor amesteca, vor ajunge în timp să renunțe la prima în favoarea celei de-a doua.

Întâlnirea trupească dintre un bărbat și o femeie este întemeiată în mod firesc pe afecțiune și este îndreptată întotdeauna către celălalt, pe care, iubindu-l, i te dăruiești. Sexul oral, însă, se centrează aproape exclusiv pe organul sexual. Acesta este personajul central al actului, un fel de obiect de adorație, dar și pârgă principală a obținerii plăcerii sexuale. În acest context, persoana celuilalt nu mai este importantă, nu se poate distinge decât prin abilitatea de a produce excitația partenerului, în esență, de

a-l masturba. În aceste sens, sexul oral comută actul sexual din sfera relației afective, maritale, în aceea a porno-grafiei, masturbării și a perversiunilor sexuale. Inevitabil, relația sexuală negociată în acești termeni va conduce la despărțirea celor două persoane, căci în orizontul ei nu se află o persoană sau o relație afectivă, ci o mecanică excitatorie, în esență, plăcerea egoistă. Egoismul, însă, nu are un alt criteriu decât obținerea unei cât mai mari excitații sexuale, care va fi căutată tot mai probabil în ineditul aflării altor parteneri de sex sau în pornografie. Golită de latura ei afectivă, relația sexuală se transformă astfel într-un fel de sport în care cauți un partener tot mai performant pentru ca jocul să fie cât mai captivant.

Sexul oral nu este o relație sexuală, ci mai degrabă un tip de non-relație, o negare a persoanei, căci oricând gura celui alt poate fi înlocuită de propria mână. Așadar, femeile care practică acest sex trebuie să ia în considerare faptul că astfel deschid bărbatului poarta masturbării și a consumului de materialele pornografice. Oricum, prin mecanismele pe care le-am descris în capitolul *Deviații...*, sexul oral scade capacitatea individului de a mai întreține relații sexuale normale și-l face dependent tot mai mult de perversiuni. Ca și masturbarea, acesta este capabil să producă deviații sexuale într-un timp destul de scurt. Căci eliminând afectivitatea și altruismul din orizontul relației, se pierde suportul sau principala sursă de satisfacție și împlinire. Lipsit de aceasta, individului nu-i mai rămâne decât să transforme mijlocul într-un scop, adică să extragă cât mai multă euforie din mecanica neurologică a actului sexual.

Prin eliminarea dimensiunii afective, a dragostei, sexul oral ca și celelalte perversiuni ajung să fie extrem de

frustrante la nivel psihologic, neurologic și hormonal. Spre exemplu, ca și în cazul masturbării, sexul oral nu produce suficientă oxitocină la încheierea actului sexual, oxitocină care are calitatea de a consolida sentimentul de liniște și afecțiune, dar și de a reface organismul în urma epuizării postorgasmice. Lipsa cantității necesare de oxitocină, hormon care reîntoarce persoana către orizontul afectiv al celui iubit, micșorează satisfacția personală, suficient cât să determine individul să caute imediat o altă experiență excitatorie. Avem de-a face cu un fel de eșec al relației sexuale ale cărei consecințe, din punct de vedere psihic, pot fi extrem de grave.

Pe de altă parte, ca act de tip masturbatoriu, sexul oral îi va cauza bărbatului tulburări de erecție, tulburări ale funcției prostatei și, în perspectivă, impotență. În ceea ce le privește pe femei, sexul oral le lipsește de hormonii GABA³¹³, betaendorfină³¹⁴ și alte substanțe a căror prezență în lichidul seminal, odată ajunse în aparatul reproducător al femeii, au rolul de a semnaliza încheierea actului sexual, adică reducerea excitației sexuale și refacerea prin odihnă.³¹⁵ În lipsa acestui mecanism, excitația se menține la un nivel ridicat, epuizant pentru femeie, și după încheierea actului sexual. De fapt, actul sexual nu se mai încheie din punct de vedere neurologic, rămânând frustrarea, motorul ce propulsează către căutarea unui noi experiențe erotice.

³¹³ M. Akinci, P. Schofield, *Widespread expression of GABA(A) receptor subunits in peripheral tissues*, *Neurosci Res.* 1999 Nov;35(2):145-53.

³¹⁴ G. Forsberg, I. Bednar, P. Eneroth, P. Södersten, *Beta-Endorphin acts on the reproductive tract of female rats to suppress sexual receptivity*, *Neurosci Lett.* 1990 Jul 17;115(1):92-6.

³¹⁵ <http://www.drclin.net/#Semen%20contains%20human%20growth%20hormone,%20Insulin-like%20growth%20factor-I,%20%20alpha2-macroglobulin,%20testosterone,%20and%20other%20therapeutic%20and%20pharmaceutical%20proteins>

De asemenea, epuizarea sexuală – multe orgasme și ejaculări – mai ales pe fondul unor organisme slăbite de stres și de o alimentație chimizată – va face ca atât la bărbat, cât și la femeie să se producă o stare inflamatorie. Aceasta pentru că un organism epuizat sexual nu mai poate produce suficient GABA și endorfine, hormoni care inhibă excitația și controlează efectul proinflamator al prostaglandinei E2. Astfel că aceasta din urmă va dicta inflamația și o serie de alte simptome post-orgasm, extrem de neplăcute: instabilitate emoțională, anxietate, ușoară febră, agresiune, stres, depresie și tulburări de somn.³¹⁶ Mai devreme sau mai târziu, toate acestea vor fi resimțite sever de toți cei care transformă actul sexual într-o fantezie, într-un mijloc de recreere între două activități cotidiene. Un efect imediat al creșterii cantității de prostaglandină E2 în lichidul seminal va fi infertilitatea, căci acest factor proinflamator, împreună cu unele cetokine, au un efect toxic pentru lichidul spermatic, degradându-l.³¹⁷

Actul sexual este atât de complex încât a-l reduce la autoerotismul masturbării sau la perversiunea sexului oral înseamnă a-ți asuma mari riscuri pentru sănătatea biologică și mentală.

Pornografia în sine este un tip de masturbare mentală, care nu poate avea altă consecință decât masturbarea manuală. Oricât s-ar amăgi cineva, atâta timp cât pornografia creează dependență, deregând sistemul de recompensă dopaminergic, va face ca, mai devreme sau mai târziu, să se ajungă la descărcarea prin masturbare a tensiunii sexuale acumulate. Iar aceasta, ca și sexul oral, sunt

³¹⁶ <http://www.actionlove.com/cases/case15719.htm>

³¹⁷ Fraczek, Monik și Kurpisz, Maciej, „Inflammatory mediators exert toxic effects of oxidative stress on human spermatozoa”, *Journal of Andrology*, No. 2, vol. 28, martie/aprilie 2007.

comportamente compulsive care vor înlocui treptat relația sexuală normală. Astfel, este deschisă cutia Pandorei, a dereglărilor sexuale – ejaculare sau orgasm precoce, tulburări de erecție, impotență – dureri de spate, de articulații, dureri de cap, stare de slăbiciune generală și de epuizare, depresie, anxietate, irascibilitate, scăderea atenției și a motivației, pierderi de memorie, scăderea imunității, afecțiuni ale ficatului, îmbătrânire prematură, o probabilă apariție a Parkinsonului sau a Alzheimerului.

Pornografia, un alt mod de sterilizare a populației

Din punctul de vedere al reproducerii, pornografia și masturbarea corelată ei scad nivelul general al testosteronului, adică reduc libidoul, micșorează cantitatea de spermatozoizi și calitatea acestora, deci reduc mult posibilitatea nașterii de copii. De pildă, cu cât crește numărul de ejaculări pe săptămână, cu atât scade cantitatea de spermatozoizi din lichidul seminal. Astfel că, la două ejaculări pe săptămână, scăderea este cu 29%, iar la trei ejaculări pe săptămână, numărul de spermatozoizi scade cu 41%. Să ne închipuim ce se întâmplă cu persoanele care se masturbează și, pe deasupra, sunt și foarte stresate!³¹⁸

Dar și cantitatea de testosteron scade proporțional cu gradul de epuizare sexuală. Un studiu recent demonstrează că testosteronul revine la nivelul său normal după

³¹⁸ Carlsen, E.; Petersen, J.H.; Andersson, A.M.; Skakkebaek, N.E., „Effects of ejaculatory frequency and season on variations in semen quality”, *Fertil Steril.*, No. 82(2), august 2004, pp. 358-66.

a șaptea zi de la un contact sexual.³¹⁹ Prin urmare, este explicabilă scăderea nivelului mediu de testosteron pe întreaga populație a Americii după revoluția sexuală a anilor '60 și până acum³²⁰, timp în care sexualitatea a început să îmbrace din ce în ce mai mult un caracter recreativ, crescând și numărul relațiilor sexuale și dezvoltându-se și obiceiul masturbării.

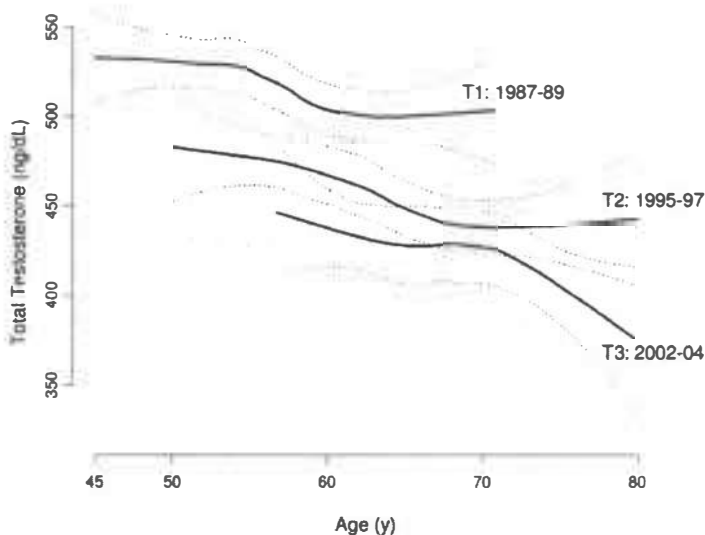
Actualmente, s-a constatat că nivelul de testosteron din sânge suferă o scădere dramatică chiar și în intervalul succedării a două generații. Efectele sunt dintre cele mai grave, căci de cantitatea de testosteron depinde atât dezvoltarea organelor bărbatului – creier, ficat, plămâni etc. –, bărbăția acestuia, cât și cantitatea și calitatea spermatozozilor. În unele studii, chiar s-a putut constata că în foarte multe cazuri spermatozoizii bărbatilor zilelor noastre sunt nu numai puțini, dar și labili, hiperactivi, cum vor ajunge să fie și copiii la care se va da naștere, dacă vor mai avea copii. În cazul unui număr redus de spermatozoizi – oligospermia –, fecundarea ovulului nu mai este posibilă.

Scăderea mediei testosteronului de la peste 501 ng/dl la 391 ng/dl în numai 15 ani (1989-2004) arată care sunt efectele intervenției pornografiei pe internet în viața omului contemporan și riscurile grave pe care aceasta le are pentru sănătatea generală a bărbatilor.³²¹

³¹⁹ Jiang, M.; Xin, J.; Zou, Q.; Shen, J.W., „A research on the relationship between ejaculation and serum testosterone level in men”, *J. Zhejiang University of Science*, No. 4(2), martie/aprilie 2003, pp. 236-40 și M. Jiang, *Periodic changes in serum testosterone levels after ejaculation in men*, Sheng Li Xue Bao. 2002 Dec 25;54(6):535-8.

³²⁰ T. G. Travison, și alții, A Population-Level Decline in Serum Testosterone Levels in American Men, *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism* 92(1):196-202.

³²¹ Travison, Thomas G.; Araujo, Andre B.; O'Donnell, Amy B.; Kupelian, Varant și McKinlay, John B., „A Population-Level Decline in Serum Testosterone Levels in American Men”, *J. Clin. Endocrinol. Metab.*, No. 92, 2007, pp. 196-202.



Nivelul de testosteron raportat la vârstă pe populația SUA între 1987 și 2004

La bărbat, masturbarea are efecte mult mai grave și pentru faptul că prin lichidul seminal se elimină o mulțime de substanțe vitale pentru viața organismului: potasiu, zinc, calciu, magneziu, fructoză, spermine, acid prostatic fosfatidic, aminoacizi în stare liberă, prostaglandine, enzime etc. Din câte se pare, una dintre cele mai importante este fosforilcolina, care joacă un rol important în creier și în funcționarea sistemului nervos, având o contribuție semnificativă în restaurarea celulei nervoase.

Având în vedere toate acestea, masturbarea poate fi socotită o adevărată practică sinucigașă. Nu i-am spus eutanasiere pentru că omul poate să mai trăiască o

seamă de ani, dar cu multă suferință, cu multă durere. Masturbarea ca rezultat al consumului de pornografie te transformă într-un individ lipsit de voință și putere, bolnav, depresiv și oarecum disperat, căci totul în jurul tău se surpă: familie, serviciu, prieteni. Și rămâi singur cu fantezmele erotice și cu un obicei care, deși îți provoacă multă rușine și scârbă, este indispensabil atâta timp cât ai devenit dependent de sex.

Pornografia este astăzi cea mai răspândită metodă de spălare a creierului

Pornografia, oferind un harem nesfârșit de obiecte sexuale, hiper-activează sistemul apetitiv. Spectatorii de pornografie dezvoltă noi hărți în creierul lor, bazate pe fotografii și înregistrări video pe care le văd. Deoarece creierul se ghidează după ideea „îl folosești sau îl pierzi”, atunci când se dezvoltă o astfel de hartă, tindem să o păstrăm activată. Așa cum mușchii noștri devin nerăbdători pentru exercițiu, dacă facem altceva decât să stăm toată ziua, așa și simțurile noastre trebuie stimulate. Oamenii [dependenți] care privesc articole pornografice la computerele lor sunt ciudat de asemănători cu șobolanii din cuștile de la NIH (Institutul Național de Sănătate), încercând să obțină dopamina sau echivalentul acesteia. Deși ei [nu] știu acest lucru, au fost seduși în sesiuni de formare cu caracter pornografic, care îndeplinesc toate condițiile necesare pentru schimbarea plastică a hărților creierelor (o formă elegantă de reprezentare științifică a actului de spălare a creierului și reeducare, n.n.).³²²

Pornografia îți schimbă sentimentele față de persoanele cele mai dragi, te desparte chiar de familie, fără a te forța la aceasta. Îți distruge voința și te stăpânește, inclusiv în gândurile cele mai intime. Modifică într-atât forul de conștiință, încât te determină să faci lucruri pe care mai înainte le condamnai, care nu te reprezintă și sunt

³²² N. Doidge, *The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science* (New York: Viking, 2007), p. 108.

contrare propriului interes: te transformă într-un agresor, într-un violator, într-un infractor.

Pornografia te poate schimba cu totul din moment ce te-a prins în mrejele ei, ca și cum te-ar vrăji, ca și cum ți-ar spăla creierul și l-ar imprima cu un alt set de mesaje; e doar o problemă de timp. Omul pare să arate la fel pe dinafară, dar interiorul său trece printr-o schimbare radicală. Este un alt om pentru că fondul său de imagini fundamentale este cu totul schimbat, pentru că traseele sale corticale, magistrarele pe care se mișcă prioritar informația – emoții, gânduri, sentimente – sunt complet altele.

Cum poate pornografia spăla creierul într-un timp atât de scurt fără a uza de mijloacele de reeducare clasice, recluziunea și tortura?

Dependența

La început, apare curiozitatea ca răspuns la un stimul nou: vezi imagini inedite, trupuri dezgolate, lucruri ce țin de viața intimă a altor oameni pe care nu le mai vezi nicăieri altundeva în lumea cotidiană. Dar nu este numai curiozitatea singura care te poate face să te uiți la imagini care te stârnesc, dar te și dezgustă și te scârbesc totodată: în numai a treia parte dintr-o secundă formațiunea amigdaliană a metencefalului semnalizează că mesajul pornografic este unul cu semnificație atât pentru instinctul de procreare al individului, cât și pentru pericolul pe care-l anunță. Oricum, emoția este foarte puternică, de aceea va fi procesată prioritar la nivelul amigdalei, înainte de a fi prelucrată rațional. Aici, *„în amigdală, amintirile sunt stocate în mod brut, ca*

niște tipare fără cuvinte ale vieții emoționale.”³²³ [...] Răspunsurile emoționale sunt bine întipărite în circuitele creierului. Spre deosebire de sentimentele conștientizate, emoțiile își au originea în creier la un nivel mult mai profund³²⁴. Dar ce altă reacție ar putea comanda amigdala în conexiune cu alte zone ale creierului decât o puternică excitație sexuală: un val de dopamină, noradrenalină, adrenalină și serotonină invadează creierul, producând o intensă descărcare euforică. Iar dacă această experiență se va repeta încă o dată și încă o dată, undeva în mecanismul eliberării acestor neurotransmițători, în special dopamina, cea care se ocupă de interesul acordat oricărei activități și de motivație, va apărea o anumită dereglare. Creierul tinde să reducă receptorii de dopamină pentru a se proteja în fața excitației excesive.

Aceasta înseamnă însă că celelalte activități vor păli din ce în ce mai mult în fața consumului de pornografie. Căci tocmai aceasta este dependența: slăbirea interesului și a motivației pentru oricare altă activitate și instalarea unei anxietăți și depresii în lipsa comportamentului sau a substanței care a dereglat prin suprastimulare sistemul dopaminergic de recompensă.

De ce va adera creierul tocmai la același comportament care a produs dereglarea? Pentru că așa a fost învățat de-a lungul frecventelor sesiuni de supraexcitare, ca să dea semnificație numai acestuia, în cazul nostru mesajului și comportamentului pornografic, în dauna tuturor celorlalte comportamente. Căci aceasta înseamnă învățarea: formarea acelor trasee neuronale, paternuri pe care creierul tinde să le reproducă de câte ori se simte în stare de stres. Și pentru că a constatat că de uriașul stres al excita-

³²³ Goleman, D. și Davidson, R. (eds.), *Consciousness: Brain, States of Awareness, and Mysticism*, p. 22.

³²⁴ Reisman, J. A., „The Psychopharmacology of Pictorial, Pornography Restructuring Brain”, *Mind & Memory*, 2003.

ției sexuale îl scapă descărcarea orgasmică, de câte ori se va instala stresul, creierul va apela la pornografie și comportamentele conexe ei, cum este masturbarea. Astfel, putem întrevedea deja o reprogramare a creierului, care va răspunde tot mai mult la situații de stres conform noului proiect pornografic. Dar pentru că însăși dependența generează anxietate, depresie și stres, dependentului de sex îi va veni tot mai greu să trăiască fără pornografie, tot așa cum un consumator nu poate trăi fără doza zilnică.

Deși dependența este una dintre componentele fundamentale, încă nu se poate vorbi despre o spălare a creierului dacă nu se ia în considerare și un alt aspect al mesajului pornografic.

Pornografia amestecă plăcerea cu anxietatea, atracția cu dezgustul și fascinația cu spaima

Lucrul cel mai grav, care de altfel și favorizează re-educarea, este faptul că pornografia nu înseamnă numai plăcere, ci și anxietate, dezgust și frică. „Acest lucru se întâmplă, subliniază Reisman, deoarece starea de confuzie determinată de experiența pornografică generează, prin natura sa, stări de poftă învăluite de neliniște și anxietate, care produc întotdeauna reacții de frică, mânie și rușine. Aceasta este calitatea răspunsului ce modifică starea de spirit la stimulii sexuali provocatori, etichetați de către individ ca excitare sau stârnire sexuală. Aceasta înseamnă că hipotalamusul este în alertă. [...]

Fincher relatează că, la primele semne de pericol, sistemele corpului intră în alertă, cortexul eliberează hipotalamusul de sub controlul inhibitor, presiunea sângelui creș-

te, mușchii se tensionează, percepția senzorială se mărește, pupilele se dilată, simțul durerii este redus, pielea se înroșește, mâinile devin lipicioase și inima bate violent. Toate acestea se petrec în stările de maximă excitare sexuală sau de neliniște și teamă induse de pornografie. Dar cum amintirea unui orgasm sexual, sau care are la bază frica, revine în timpul neliniștii induse pornografic, oamenii își închipuie că sunt excitați sexual de către imaginile provocatoare. Astfel că individul ajunge să fie excitat în mod obișnuit de amintirea unui orgasm biologic, împletit cu sentimente de teamă, de rușine și altele de acest fel.”³²⁵

Acum putem vorbi mult mai precis despre efectul de spălare a creierului prin pornografie. Amestecul plăcerii cu anxietatea și frica, cu dezgustul, sentimentul de pericol și multe alte sentimente confuze trăite însă emoțional la un nivel aproape paroxistic, pe fondul excitației produse, creează o breșă profundă în psihicul individului. Apare, după cum observă Cline, un fel de „alter ego” (sau o latură întunecată a individului), a cărui esență constă dintr-o poftă antisocială, lipsită de cea mai mare parte a valorilor³²⁶. Acest „alter ego” ajunge să se manifeste încet-încet ca un adevărat torționar, care supune victima unui chin psihic până când aceasta va face ceea ce i se dictează.

Prin intermediul emoțiilor puternice, pornografia pune stăpânire pe rațiune

Din punct de vedere neurologic, se poate spune că în fața acestor emoții deosebit de puternice formațiunea

³²⁵ J.A. Reisman, *op. cit.*

³²⁶ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 6.

amigdaliană preia controlul asupra comportamentului, nemaiținând cont de deciziile raționale luate la nivelul neocortexului. „Frica trimite mesaje urgente în toate regiunile majore ale creierului: ea induce secreția hormonilor de «fugă sau luptă» (droguri endogene), a centrilor mișcării, a sistemului cardiovascular, a mușchilor și a intestinelor. Amigdala poate reacționa într-un atac de furie sau de frică înainte ca cortexul să afle ce se petrece, fiindcă aceste emoții primitive sunt pornite independent de și înaintea gândirii raționale.”³²⁷ De aceea și este atât de strâns legată formațiunea amigdaliană de procesul de reeducare.³²⁸

În aceste condiții, individul este dirijat de reacția automată și inconștientă a amigdalei către comportamentul care pune în siguranță, care reduce tensiunea acumulată. Analizele imagisticii cerebrale prin metoda tomografică dovedesc însă o scădere bruscă a activității amigdalei la capătul actului sexual. În vreme ce tensiunea sexuală crește, se mărește și activitatea amigdalei, însă orgasmul eliberează această tensiune și anxietatea, reducând la zero activitatea acesteia.³²⁹ Prin acest mecanism îi este asigurat actului reproducător liniștea maximă, în sensul că starea de vigilență este anulată cu totul în momentul și imediat

³²⁷ „Circuitele pornite de la sistemul limbic spre lobii prefrontali fac posibil ca semnalele unor emoții puternice - anxietate, furie și cele înrudite - să creeze un fel de “electricitate statică neuronală”, care sabotează capacitatea lobului prefrontal de a menține memoria de lucru. De aceea, atunci când suntem supărați, spunem că “nu putem gândi corect” Creierul emoțional, separat de ariile corticale studiate prin testele de inteligență, controlează furia și compasiunea. Aceste circuite se formează prin experiențele din copilărie și lăsam aceste experiențe pe seama întâmplării pe riscul nostrum” Cf. Reisman, J., *op. cit.*, p. 18.

³²⁸ Amigdala este implicată și în multe tulburări ale dispoziției afective și de anxietate, cum ar fi tulburările de stres post-traumatic, specifice proceselor de reeducare. Stresul post traumatic produs de viol și violență, înfometare și bătaii stă la baza reeducării fetelor capturate, cărora li se spală creierul pentru a fi mai ușor supuse traficului și prostituției la care sunt destinate. (Shin, Rauch și Pitman, 2006, p. 67-79)

³²⁹ Holstege et. al., 2003, p. 9185-93.

după contactul sexual. Dar, pe cât de mare e recompensa descărcării orgasmice a tensiunii excitatorii acumulate, pe atât de adâncă va fi înlănțuirea individului între comenzi-le unor comportamente iraționale de natură pornografică și această răsplată anticipată în deconectarea amigdalei și revenirea bruscă a tensiunii, însoțită de o anumită stare de euforie. Acesta devine traseul neuronal care se conturează tot mai puternic și pe care îl va reproduce cu prioritate creierul.

**Mai întâi te atrage să participi empatic la batjocoră,
viol și tortură, pentru ca pe urmă
să te împingă să pui totul în practică**

În închisorile comuniste, la Pitești, de pildă, deținuții, studenții erau constrânși prin bătaie să-și trădeze și să-și tortureze cei mai buni prieteni, cu care împărtășiseră aceleași idealuri, vise și multă suferință. Unii din cei care au refuzat până la capăt au fost omorâți în bătaie, mulți însă au cedat, devenind la rândul lor tortionari ai fraților lor.

De asemenea, procesul reeducării includea batjocorirea credinței în Dumnezeu și a părinților, a valorilor celor mai importante. Consecința? Majoritatea celor care au făcut toate acestea, chiar dacă sub imperiul torturii și al groazei, sufereau un fel de ruptură sufletească, își pierdeau încrederea și respectul de sine și suportul tuturor valorilor care-i făcea să fie oameni. Reeducarea îi transforma în niște instrumente oarbe, în indivizi stăpâniți de teroare, care făceau tot ceea ce le dicta tortiona-

rul, individ care-i îngrozea și îi fascina în același timp. Bineînțeles, ajungeau să afirme o credință contrară celei pe care o avuseseră și îi torturau la rândul lor pe cei care gândeau și credeau precum ei înșiși gândiseră și crezuseră până să intre în reeducare.

Asupra acelorași mecanisme neuropsihologice, pe aceeași cale acționează și pornografia, cu singura deosebire că ea nu folosește recluziunea și bătaia. Din acest motiv, este cu mult mai periculoasă decât oricare altă metodă clasică de reeducare, căci puțini realizează pericolul aceasta pentru a se putea apăra.

Pornografia îți subminează încrederea și respectul de sine, pentru că te determină să te delectezi văzând batjocorirea unor femei și bărbați. Pe urmă, te atrage în capcana vizionării de violență pornografică, adică, prin mecanismul neuronilor oglină³³⁰ – suportul neurologic al empatiei, proiecției și identificării –, te implică direct în agresiuni sexuale, violuri și chiar acte pedofile. Astfel, fără să apeleze la constrângeri fizice, într-un mod foarte „soft”, pornografia reușește să inducă același tip de traumă ca aceea suferită de deținuții din reeducarea comunistă.

Lipsește torționarul? Nicidecum. Pornografia este un torționar mult mai eficient decât cei din lagărul bolșevic, pentru că fantezmele pe care le gestionează nu mai părăsesc nici o clipă creierul victimei. Am putut constata într-un capitol anterior faptul că pornografia imprimă în creier noi trasee corticale de dimensiuni tot mai mari, ca un fel de autostrăzi către care, prin asociație, duc tot mai

³³⁰ H. Mouras, S Stoleru, V. Moulrier, *Activation of mirror neuron system by erotic video clips predicts degree of induced erection: an MRI study*, *NeuroImage* 42, nr. 3, 2008, p. 1142-1150.

multe dintre situațiile unei existențe normale. De această răspândire a conexiunilor asociative se ocupă întreaga filmografie pornografică. În acest fel, aproape orice situație de viață – întâlnirea cu o femeie oarecare într-o conjunctură similară cu aceea dintr-un film pornografic – va conduce către derularea imaginară a unui scenariu pornografic, adică va duce la excitație sexuală și tortură mentală. Spunem tortură pentru că omul nu va putea face exact ceea ce-i dictează fantasma, fie pentru că moral încă mai are o anumită reținere, fie pentru că îi e frică de consecințe. Și pentru că nu se vor putea elibera altfel de tensiunea acumulată de teroarea mentală, va recurge la masturbare; iar acest lucru se va petrece din ce în ce mai des.

Așadar, fantezmele pornografice sunt adevărați torționari. Ele sunt reîmprospătate permanent prin vizionare, fiind totdeauna din ce în ce mai ciudate, mai revoltătoare, mai violente. Pentru că aceasta e legea fundamentală a drogului: trebuie un stimul tot mai puternic pentru a obține același efect euforic sau pentru a scăpa de starea negativă pe care o generează lipsa lui. În acest fel, niciunul dintre consumatorii de pornografie nu se va putea opri doar la vizionarea unor trupuri dezgolite sau a unor acte sexuale. Sexul în grup, sadomasochismul, pedofilia sunt etape inevitabile ale consumului de pornografie pe termen lung. Toate acestea marchează nivele tot mai profunde de traumă psihologică. Plăcerea este din ce în ce mai mult asociată cu durerea, cu suferința – a ta sau a altuia. Astfel că victima pornografiei ajunge să-și agreseze în primul rând soția, impunându-i cine știe ce perversiune, pe urmă prostituatele sau femeile cunoscute aiurea. Și se merge în destul de multe cazuri până la viol.

S-a transformat dintr-un om de treabă într-un violator în serie

„Am fost, la un moment dat, consultat, îşi aminteşte dr. Cline, într-un caz în care s-a constatat că o persoană din zona Phoenix-Tucson, preşedinte al firmei sale şi şeful comisiei din biserică pe care o frecventa, care se ocupa de ajutorarea copiilor cu probleme psihice, ajunsese un violator în serie, care violase brutal o serie de femei, sub ameninţarea armei sau cuţitului, în zona Arizonei. Atunci când am realizat un studiu al mediului social din care provenea, am constatat că venea dintr-o familie exemplară şi avusese o copilărie fără probleme. În liceu şi la universitate, fusese un elev şi student eminent.

Soţia, copiii, colegii de serviciu şi cei de la biserică nu aveau nici cea mai mică bănuială în privinţa vieţii lui duble – sau a laturii lui întunecate. Singurul factor negativ semnificativ din viaţa lui fusese o dependenţă faţă de pornografie, în prima parte a adolescenţei sale, care fusese ținută în secret faţă de majoritatea cunoscuţilor lui. Acest lucru s-a intensificat vertiginos după o perioadă de mai mulţi ani, ajungând, ulterior, la petrecerea multor ore şi cheltuirea a foarte mulţi bani în librăriile „pentru adulţi”, alături de vizionarea materialelor video pornografice violente şi masturbarea în faţa acestora.

Primul viol a fost declanşat la vederea unei femei care semăna mult cu personajul principal dintr-un film porno pe care-l văzuse cu puţin timp în urmă. Realitatea şi fantezia se amestecaseră foarte mult în mintea acestui individ, care ajunsese astfel să-şi pună în practică toate fanteziile lui sexuale patologice.”³³¹

³³¹ Cline, V.B., *op. cit.*, p. 5.

În cazul unora, violul sau torturile sexuale ajung de multe ori până la crimă. Aceasta de frica consecințelor, mai cu seamă că situația lor socială nu este aceea a unui infractor care să se ascundă după săvârșirea crimei. Așadar, aceiași oameni care până mai ieri erau capi de familie, respectați pentru seriozitatea și demnitatea lor, ajung niște infractori sau niște criminali. Nu este aceasta cu adevărat o spălare a creierului și o reeducare?

Pornografia îi transformă pe oamenii vârstnici în pedofili și pe părinți în niște criminali incestuoși

Cea mai gravă problemă pe care o semnalizează Reisman este condiționarea pornografică a comportamentului pedofil. Iar aceasta nu se realizează numai prin pornografia de pe internet, ci și prin revistele pornografice care se vând în mod obișnuit la chioșcuri.

Analiza pe care a întreprins-o Reisman a avut în vedere numai revistele publicate între 1954 și 1984, deci într-o perioadă în care, după cum vom vedea, materialele pornografice ce-i implicau și pe copii erau mult mai rare. Și totuși, din „analiza conținutului revistelor Playboy (în număr de 373), Penthouse (184) și Hustler (126), a rezultat identificarea a 6.004 imagini cu copii, precum și a unui număr estimat de 14.854 de imagini cu crime și violență.”

„Imaginile cu copii în materiale pornografice, lecturate atât de cititori minori cât și de adulți, disponibile la standurile de presă, au crescut cu aproape 2.600% între 1954-1984, un maxim înregistrându-se în 1978, cu un număr de 465 de imagini disponibile la standurile de ziare. Aproape două treimi dintre scenariile care includeau copii erau cu subiect

sexual și/sau violent; perioada de vârstă dominantă era între 3-11 ani; fetițele erau mai frecvente decât băieții, fiind asociate cel mai des cu bărbați adulți; iar portretul rasial era aproape exclusiv caucazian. Aproape 1.000 de scenarii sexuale includeau copii cu adulți; 80% dintre copii erau implicați activ în toate scenele; și toate revistele îi prezentau pe copii ca neavând nimic de suferit și/sau chiar având de câștigat din relația sexuală între adult și copil.

Împreună cu circa 50.000 de imagini de nuduri de femei adulte, cele 6.004 fotografii cu copii au fost asociate, de asemenea, cu un număr de 14.854 de imagini legate de crimă și violență cu persoane adulte. În acestea din urmă, persoane tinere, adulte, atât bărbați, cât și femei, apăreau, în mod egal, ca victime, agresorii principali fiind bărbați tineri adulți. *Playboy* – care în perioada 1954-1968 a fost singura publicație de acest gen disponibilă la standurile de presă – cuprindea în medie în fiecare lună 17 imagini cu copii, crimă și violență. Din 1975, odată cu apariția revistelor *Penthouse* și *Hustler*, numărul total de imagini cu copii, crimă și violență, disponibile la standurile de presă, a crescut la 111 imagini lunar. Pe scurt, aceste reviste au combinat imaginile de nuduri de femei adulte cu imagini de copii, crimă și violență, pentru milioane de cititori minori și adulți, timp de peste trei decenii.³³²

Gary Bishopp, criminal în serie

„Un alt exemplu asupra efectelor pornografiei vine de la Gary Bishop, un pedofil homosexual condamnat, care a omorât cinci băieți tineri în Salt Lake City, Utah, pentru a ascunde abuzul sexual săvârșit asupra lor. Acesta a scris

³³² J.A. Reisman, *op. cit.*

într-o scrisoare după condamnarea lui: «Pornografia a constituit un factor determinant în prăbușirea mea. Cumva, am devenit atras din punct de vedere sexual de băieți tineri și mi-i închipuiam goi în fanteziile mele. Anumite librării ofereau cărți de artă sau fotografice și despre educația sexuală, care, uneori, conțineau imagini cu nuduri de băieți. Urmăream astfel de cărți și le foloseam pentru a-mi intensifica fanteziile masturbatoare.

Dar nu a fost destul. Îmi doream imagini sexuale mai incitante, astfel încât am început să amăgesc băieți care să mă lase să fac poze cu ei dezbrăcați. Din revistele pentru adulți am descoperit adresele unor companii străine specializate în pornografia cu copii și am cheltuit sute de dolari pe aceste reviste și filme.

Astfel de materiale îmi satisfăceau temporar poftele, dar curând aveam nevoie de imagini care să fie mai explicite și revelatoare. O parte dintre materialele pe care le primeam erau șocante și dezgustătoare la început, dar în scurt timp au devenit ceva comun și acceptabil. Pe măsură ce continuam să deviez tot mai mult pe calea comportamentului meu pervertit, o tot mai mare stimulare era necesară pentru a menține același nivel de excitabilitate.

Descoperirea și procurarea materialelor stimulatoare din punct de vedere sexual a devenit o obsesie. Pentru mine, vizionarea pornografiei era precum aprinderea fitilului la un baton de dinamită: deveneam stimulat și trebuia să-mi satisfac impulsurile sau să explodez. Toți băieții au devenit simple obiecte sexuale. Conștiința mea era desensibilizată, iar apetitul meu sexual îmi controla în mod complet acțiunile.» Gary Bishop a continuat apoi să povestească cum a abuzat sexual și a apoi și-a ucis victimele băieți."³³³

³³³ *Ibidem.*, p. 9.

„Utilizând Indexul din New York Times și Ghidul Cititorului pentru Periodice, am realizat (este vorba de cercetătoarea J. Reisman) o diagramă a numărului de cazuri de violență împotriva copiilor, sub forma de agresiuni sexuale, folosirea lor în pornografie și exploatarea lor ca obiecte sexuale. Am început diagrama în 1945, pentru a avea o imagine privind raportările dinainte de apariția *Playboy*. De exemplu, cuvântul «pornografie» nu a fost asociat cu copiii nici măcar ca titlu-subiect până în 1973. Până atunci, se făceau referiri doar la «agresiuni sexuale». Apoi, cam în anul 1972, a început să apară titlul «agresor de copii». Până în 1975, s-a renunțat complet la titlul «agresiuni sexuale», fiind înlocuit cu «agresor de copii» și «viol»; până în 1977, principalele titluri au devenit «incest», «viol», «abuz asupra copiilor» și «agresiune asupra copiilor». Trebuie precizat, de asemenea, faptul că numărul de cazuri raportate de agresiuni sexuale asupra copiilor a crescut vertiginos în 1977 – o creștere cu adevărat abruptă și dramatică.” De notat că *Playboy* a început să publice benzi desenate cu teme legate de incest în 1954, primul său an integral de apariție.

Playboy, publicată în decembrie 1953, începe să ajungă la liceanul obișnuit pe la jumătatea anilor '60. *Penthouse* este lansată în 1969. *Hustler* apare în 1974, iar între 1975-1977 promovarea „oficială” a pedofiliei în filmul „Pretty Baby” este integrată în curentul principal de atitudine.

Până în 1980, apar și titlurile „crimă din pasiune” și „cercuri sexuale cu copii”. În 1984, referindu-se la copii, apare titlul „viol în serie” (și mutilare, sindromul Ted Bundy), iar în 1986 apare ca titlu „asfixierea auto-eroti-

că" (o formă de sinucidere accidentală prin strangulare în timpul masturbării în scopuri pornografice). În 1988, apare în presă „asfixierea erotică sexuală” (crimă de „sex dur” comisă de către partenerul bărbat, prin strangulare în timpul unui act sexual). Tot în 1988, apare „uciderea rituală” a copiilor (satanică/ocultă), moment la care s-a încheiat acest studiu.

Ulterior, principalele categorii au inclus „răpiri de copii”, în 1998 înregistrându-se un număr de circa 58.200 de copii – majoritatea abuzați sexual – răpiți de persoane din afara familiei. „Pornografie cu copii” („kiddie porn” și „baby porn”) sunt câteva titluri apărute mai recent.³³⁴

Efectul? „Cât de des imaginile cu «copii dormind» care doresc să facă sex cu «Tata cel mare» (Big Daddy) văzute în mesaje pornografice influențează comportamentul bărbaților care se apleacă asupra copiilor ca să îi sărute seara la culcare. Cât de des neurotransmițătorul chimic a fost declanșat, creând o dorință sexuală față de copil? Păpușile, codițele, cântecele de grădiniță, ursuleții de pluș, toate simbolurile copilăriei asociate cu mesajul pornografic ajung să aibă puternice conotații sexuale în capul acestor părinți. Atunci, tatăl sau ruda apropiată va fi cuprinsă de dorință, teamă, dar și rușine în a-l viola pe copil, viol care, de obicei, are loc în timpul somnului, când copilul este cel mai vulnerabil și cel mai puțin capabil să opună rezistență.”³³⁵ Poate că va reuși să se controleze, însă până când? Dacă va continua vizionarea pornografiei pedofile, îi va fi tot mai greu să controleze războiul interior.

În SUA, abuzul sexual împotriva copiilor a crescut între 1980 și 1990 cu 322%. În Anglia mai mult de 36% din

³³⁴ Riesman, J., *op. cit.*, p. 28.

³³⁵ Riesman, J., *op. cit.*, p. 24.

toate violurile raportate la poliție au avut ca victime copii și adolescenți sub 16 ani.³³⁶ O statistică realizată în anul 2004 arăta că în America, 15% dintre abuzurile sexuale erau îndreptate împotriva copiilor sub 12 ani și 29% împotriva adolescenților cu vârste cuprinse între 12 și 17 ani.³³⁷

Fiind prea timid, pornografia l-a transformat într-un pedofil incestuos

MĂRTURIE: „Un bărbat de 30 de ani, necăsătorit, cu o viață socială activă, are un istoric de dependență pornografică. Fiind prea timid și prea puțin educat pentru a invita femei adulte la întâlniri și a avea o relație, a început să aibă relații intime cu nepoatele lui, în vârstă de patru și, respectiv, șapte ani, fapt care a culminat cu molestarea lor sexuală repetată. Activitățile sexuale explicite pe care le viziona în pornografia «pentru adulți» i-au alimentat și mai mult apetitul sexual și interesul pentru copiii respectivi.

Simțindu-se vinovat pentru ceea ce făcea, ulterior a mers la un specialist, pentru consiliere. Însă, din cauza faptului că statul în care locuia avea o lege a anulării confidențialității în astfel de cazuri, a fost raportat autorităților pentru abuzarea sexuală a acelor copii. Datorită atitudinii lui cooperante și a faptului că avusese inițiativa să meargă la un psiholog, a fost eliberat condiționat, a primit tratament psihoterapeutic pe termen lung și astăzi duce o viață mai apropiată de normal.”³³⁸ ■

³³⁶ A. Walker, C. Kershaw, S. Nicholas, (2006) *Crime in England and Wales 2005/06* (PDF). Home Office Statistical Bulletin (July 2006 / 12/06).

³³⁷ U.S. Department of Justice, *National Crime Victimization Survey*, 2004.

³³⁸ Cline, V.B., op. cit., p. 4.

Între instinctul de reproducere și relația de dragoste

Cum de a ajuns omenirea să fie prinsă în această uriașă criză a sănătății mentale pe care o presupune consumul de pornografie? Cum de a ajuns omul să se comporte mai rău decât oricare dintre animale? Răspunsul este simplu: A fost convins încetul cu încetul că nu este decât un animal mai evoluat și, ca atare, trebuie să renunțe la valorile sale morale și spirituale care îl definesc ca om, îmbrățișând cu toată puterea consecințele satisfacerii instinctului sexual. Sensul profund al sentimentului de dragoste a fost înlocuit de dorința sexuală, atașamentul sufletească a fost substituit de exacerbară excităției și a plăcerii sexuale și, în consecință, viața de familie a fost înlocuită cu o viață sexuală complet liberalizată.

Într-adevăr, instinctul de reproducere este extrem de important pentru existența lumii vii, căci prin el devine posibilă perpetuarea speciilor. De legile sale nu poate face abstracție nici un animal, chiar dacă anumite condiții de existență nu-i permit întotdeauna să se reproducă. Și la om acest instinct este unul dintre cele mai puternice, suficient ca să-i marcheze viața. Însă spre deosebire de animale, omul poate să-l ignore pentru atingerea unui ideal mai înalt sau a unui sentiment mai puternic cum ar fi, spre exemplu, dragostea.

Oricine știe sau simte acest lucru: determinant pentru fericirea omului nu este libidoul, ci nevoia de afecțiune, de susținere emoțională, de dragoste. Dovada acestui fapt o avem, în faptul că niciodată în istoria umanității nimeni nu s-a sinucis pentru că nu a putut să copuleze, însă nu puțini

au fost aceia care au renunțat la viață din cauza unei iubiri neîmpărtășite. Sau, bunăoară, numeroase femei care și-au pierdut soții în diverse circumstanțe ale vieții au preferat să-și crească copiii singure, rămânând fidele iubirii celei dintâi. Chiar și monahismul mărturisește faptul că omul poate atinge idealul unei vieți liniștite și fericite, fără a suferi de pe urma nesatisfacerii instinctului de procreare.

Așadar, deși constatăm și la om existența unui puternic instinct de reproducere, pe care se întemeiază de altfel perpetuarea speciei umane, acesta nu este determinant, și se manifestă aproape întotdeauna în contextul unei nevoi și mai importante a persoanei umane, nevoia de a iubi și a fi iubit, nevoia de afectivitate.

Până acum, nimic nou. Acest lucru este recunoscut de toate culturile și religiile umanității, de întreaga literatură universală. Doar că în urmă cu jumătate de secol acest punct de vedere a fost contestat în cadrul a ceea ce s-a numit „revoluția sexuală”. Mai concret, ruperea sexualității de dimensiunea ei afectivă și transformarea relației sexuale într-un fel de sport sau divertisment a debutat odată cu hipermediatizarea experimentelor pe care Kinsey³³⁹ le-a făcut la jumătatea secolului trecut.

El este primul care avansează ipoteza că sănătatea fizică și psihică depinde de frecvența orgasmelor sexuale. De la el încôace, începe să i se rezerve masturbării un rol central în sexualitatea umană, fiind transformată într-un fel de tabu, deși experiența clinică a doctorilor de pretutindeni susținea până la începutul secolului al XX-lea că aceasta

³³⁹ Revoltător este faptul că Guvernării de atunci ai Americii au acceptat așa zisele rezultatele unui studiu care vorbea despre orgasmul avut de copii aflați între vârste de cinci luni și paisprezece ani. Mai mult, nici astăzi nu se dorește condamnarea practicilor așa-zis științifice ale lui Kinsey, deși există persoane care mărturisesc că au fost violate sistematic de tată sau de alte persoane, plătite fiind de Kinsey pentru aceasta.

este cel mai nociv comportament pentru sănătatea omului. Plecând de la cele două cărți scrise de Kinsey³⁴⁰, mass-media a promovat liberalizarea sexualității în sensul exultării aventurilor amoroase ale unei sexualități scoase complet de sub auspiciile relațiilor maritale.

Deși Kinsey și toți ceilalți care au condus revoluția sexuală susțineau că omul va atinge, prin intermediul orgasmului, cele mai ridicate standarde de sănătate biologică și mentală, precum și fericirea, realitatea dovedește contrariul. Oamenii sunt astăzi, în epoca pornografiei, anxioși și bolnăvicioși, depresivi și extrem de nefericiți. Depresia a ajuns deja una dintre cele mai răspândite boli de pe glob. În schimb, cercetări mai noi dovedesc faptul că relația sexuală normală presupune o rată a bolilor mult mai redusă decât oricare dintre perversiuni – sexul anal, oral, masturbarea etc. –, chiar mai redusă decât sexul „protejat”³⁴¹. De asemenea, o viață armonioasă de familie oferă protecție în fața bolilor și a stresului, iar părinții care-și înconjoară copiii cu dragoste sunt cei mai longevivi³⁴².

Toate aceste date au impulsionat cercetarea neurochimiei și neurobiologiei actului sexual, ajungându-se la constatări de-a dreptul șocante pentru cei familiarizați cu propaganda dusă în ultimele decenii sub auspiciile revoluției sexuale. Studiile demonstrează în mod evident că scoaterea sexualității din contextul afectiv al relațiilor maritale îl introduce pe individ în cercul vicios al anxietății și al depresiei, al dependenței de sex și al confruntării cu patologii de tot felul.

³⁴⁰ Comportamentul sexual al bărbaților (1948) și Comportamentul sexual al femeii (1953)

³⁴¹ Fröhlich P, C Meston, Sexual functioning and self-reported depressive symptoms among college women, *J Sex Res.* 2002 Nov;39(4):321-5.

³⁴² Cal Tech, Parent that takes care of offspring tends to outlive the other parent, study shows, (1998) Retrieved November 4, 2004 from Cal Tech press release Web site.

Efectul de mahmureală

Efectul de mahmureală, ce urmează orgasmului sexual, e cel mai mare dușman al relației sexuale, și chiar un factor de risc pentru sănătatea individului, atunci când se exagerează cu transformarea actului sexual în mijloc de agrement. Mahmureala, fenomen întâlnit tot mai des și într-o formă tot mai gravă în zilele noastre, este după cât se pare frâna pe care natura umană însăși o pune în fața transformării sexului în divertisment. El este vinovat și de răcirea relațiilor dintre soți, de certuri și chiar de divorțul unor cupluri în care totul părea să meargă perfect³⁴³. În ce constă această mahmureală, care este logica ei și cum poate fi ea depășită? Care este explicația faptului că actul sexual poate conduce în anumite situații la un dezechilibru în viața individului? De răspunsul la aceste întrebări depinde înțelegerea corectă a modului în care relația dintre bărbat și femeie poate avea un viitor și poate asigura fericirea acestora. Pentru aceasta trebuie să cunoaștem mai bine neurobiologia relației sexuale și a raporturilor conjugale, stăruind asupra a trei dintre cei mai importanți actori ai actului sexual: dopamina, prolactina și oxitocina.

Dopamina moderează dorința, determină excitarea și contactul sexual

Cel mai bun indicator al interesului privind o altă persoană și al excitației sexuale este emisia de dopamină. Ea

³⁴³ J.K. Kiecolt-Glaser, et al., (2001), Marital Stress: Immunological, Endocrinological, and Health Consequences, Retrieved November 4 2004, from Ohio State University Web site.

semnalizează semnificația deosebită a acestui act prin inducerea unei euforii intense la debutul excitației sexuale. Dopamina constituie prima recompensă și poate cea mai puternică pe care o primește din punct de vedere neurologic și psihologic omul care se implică într-un act sexual. Valul de dopamină pe care-l induce însă orgasmul este mult mai mare decât cel produs de oricare alt comportament plăcut din viața omului. Nivelul este aproape patologic, iar acest lucru a fost demonstrat prin experiențele de imagistică cerebrală.

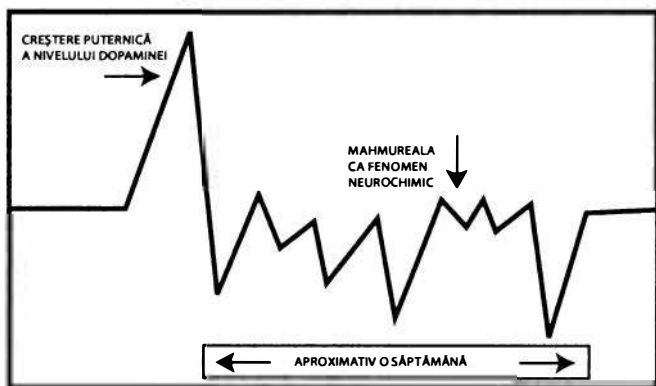
În anul 2003, colectivul de cercetare condus de olandezul G. Holstege a constatat, folosind tomografia cu emisie de pozitroni, că excitația sexuală, și mai ales orgasmul, activează aceleași regiuni corticale ca și heroina, la o intensitate comparabilă cu efectul dat de acest drog. Este vorba de Zona Ventrală Tegumentară și alte regiuni unde se înregistrează o puternică emisie de dopamină³⁴⁴.

Această uriașă recompensă se explică prin importanța pe care o joacă actul copulator în perpetuarea speciei. Căci dopamina nu numai că anunță o recompensă, fiind ea însăși o recompensă prin euforia pe care o induce, dar și motivează individul să urmărească satisfacerea comportamentului respectiv. Fără această recompensă, din punct de vedere organic, omul, nu ar mai fi determinat să aibă un contact sexual. Faptul este demonstrat de libidoul scăzut al persoanelor cu deficit de dopamină.

În mod natural însă, excesul de dopamină chiar și pe un interval scurt de timp are un revers negativ. Creierul dă semne de adaptare la noua situație și micșorează receptivitatea receptorilor la dopamină, adică face în așa fel încât efectele acesteia să fie diminuate. Acest mecanism generează-

³⁴⁴ G. Holstege et al., Brain Activation during Human Male Ejaculation, *Journal of Neuroscience*, 08 octombrie 2003, 23 (27):9185-9193.

ză în timp dependența de comportamentul sau situația care a indus valul inițial de euforie. Spunem „în timp”, pentru că e nevoie de mai multe sesiuni de excitație puternică la intervale scurte de timp pentru a conduce la modificări de durată în mecanismele recompensei dopaminergice. Acest lucru se produce în cazul consumatorilor de pornografie în numai câteva săptămâni.



Efectul de mahmureală durează în jur de o săptămână, în funcție de gradul de epuizare dat de stres, de viața sexuală sau datorat lipsei afectivității la realizarea relației intime.

Tendința de scădere a receptivității la dopamină, în cazul orgasmului, nu e decât un alt mecanism de control al excitației, o reacție de apărare a organismului. Dacă nu ar exista această reacție, probabil că oamenii ar tinde să repete tot mai mult comportamentul respectiv până și-ar produce grave leziuni corticale și o epuizare totală³⁴⁵.

³⁴⁵ Faptul a fost demonstrat într-un experiment pe șoareci cărora li s-a cuplat un fir pe nervii asupra cărora acționa dopamina pe care puteau printr-un curent să îi excite producându-și astfel o cât mai mare plăcere-excitație. În același timp, șoarecii puteau apăsa pe o pedală astfel încât puteau să continue excitația sau să o oprească.

În acest punct, putem începe să înțelegem cauza stării de indispoziție și mahmureală care urmează în genere actului sexual. Cercetările demonstrează, că, într-adevăr, după valul mare de dopamină produsă de orgasm, aceasta va scădea împreună cu nivelul testosteronului³⁴⁶ și receptorii androgeni. Acesta ar fi primul motiv al stării de mahmureală specifică sfârșitului actului sexual. Experiențele au demonstrat că la om această stare durează cel puțin o săptămână, în unele cazuri chiar mai mult³⁴⁷. În cazul celorlalte primate, experiențele dovedesc că această retragere durează pe parcursul a două săptămâni. În acest timp, șoarecii nu mai resimt atracție față de partenerele lor chiar dacă acestea se află în perioada de maximă fertilitate³⁴⁸.

Fenomenul se explică nu numai prin încercarea organismului de a se reface în urma consumului excesiv produs de actul sexual. Se pare că rolul principal în această reacție îl are codificarea genetică a procesului sexual, care este deosebit de interesant pentru creier și hormoni, până în momentul copulației. Odată realizată însămânțarea se încheie această etapă, urmând perioada gravidității și nașterea copilului.

Actul sexual determină mai întâi o creștere puternică a nivelului de dopamină, care este urmată după încetarea

S-a observat că șoarecii au refuzat mâncarea sau împerecherea, apăsând pe pedală până au căzut epuizați. Vezi Olds, J., și Milner, P. (1954), *Jurnalul de Psihologie și fiziologie comparative*, 47, 419-427.

³⁴⁶ Jiang, M.; Xin, J.; Zou, Q.; Shen, J.W., „A research on the relationship between ejaculation and serum testosterone level in men”, *J. Zhejiang University of Science*, No. 4(2), martie/aprilie 2003, pp. 236-40 și M. Jiang, Periodic changes in serum testosterone levels after ejaculation in men, *Sheng Li Xue Bao*. 2002 Dec 25;54(6):535-8.

³⁴⁷ M. Jiang, Xin J, Q Zou, JW Shen, A research on the relationship between ejaculation and serum testosterone level in men, *J Univ Sci Zhejiang*. 2003 Mar-aprilie; 4 (2) :236-40.

³⁴⁸ S. Putnam, et al. Testosterone restoration of copulatory behavior correlates with medial preoptic dopamine release in castrated male rats, *Horm compor*. mai 2001; 39: 216-24.

acestui de o cădere bruscă a acesteia, scădere care poate dura câteva zile. Efectul este cu atât mai puternic cu cât persoana respectivă se excită mai des sau are mai multe orgasme sexuale.

La consumatorii de pornografie, acest mecanism este determinant pentru apariția dependenței. Maximele valului de dopamină sunt urmate de minime din ce în ce mai scăzute, instalându-se depresia și celelalte simptome corelate cu deficitul de dopamină. Omul tinde aproape inconștient să se întoarcă la comportamentul respectiv, pentru a-și recăpăta plăcerea de a trăi. Astfel, succesiunea maxime-minime de dopamină va conduce la dependență.

Exces de dopamină	Deficit de dopamină	Nivel normal de dopamină
Dependență	Dependență	Motivație
Anxietate	Depresie	Sentiment de bine; satisfacție
Comportament compulsiv	Lipsa de plăcere și bucurie	Plăcerea, bucuria de a realiza ceea ce-ți propui
Fetișuri sexuale	Lipsa de inițiativă	libidou sănătos
Dependență sexuală	Incapacitatea de a iubi	sentimente bune față de alții
Risc privind comportamentul sexual – aventuri sexuale	Libidou scăzut	
agresiune	Deficit de atenție cu hiperactivitate	Așteptări realiste
Psihoză	Tulburare de anxietate socială	Dragoste paternă și maternă
Schizofrenia	Comportamentul antisocial	

Dacă numai nivelul de dopamină ar scădea, individul ar fi tentat să se întoarcă imediat la actul sexual pentru a se simți din nou bine. Căci scăderea dopaminei e însoțită de o stare de indispoziție, de depresie. Dar noua experiență sexuală nu face decât să adâncească și mai mult căderea ulterioară a dopaminei. Și iarăși s-ar repeta actul până la epuizare. În acest fel, individul ar fi marcat de o permanentă schimbare de dispoziție care ar face năucitoare viața sa intimă. Acest lucru se petrece după cum am putut constata anterior în cazul consumului de pornografie, unde stimulii excitatorii sunt prea puternici pentru a se mai putea bloca pe termen lung creșterea dopaminei. În mod normal însă, organismul mamiferelor dispune de un alt mecanism de blocare a excitației sexuale și a creșterii rapide a dopaminei. Acesta de datorează prolactinei.

Prolactina moderează starea de sațietate sexuală

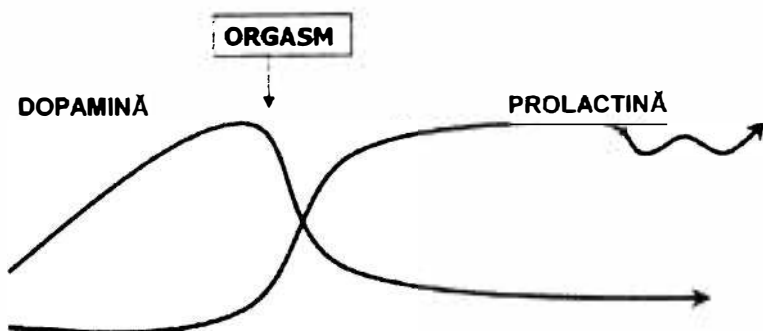
Prolactina îndeplinește mai multe funcții în organismul uman, între care se află și reglarea comportamentului sexual. În timp ce dopamina scade după orgasm, prolactina crește imediat, atât la bărbați, cât și la femei, acționând ca un mecanism de sațietate sexuală³⁴⁹.

Cercetările desfășurate până în prezent nu ne pot spune care sunt nivelurile prolactinei în următoarele două săptămâni după încheierea unui act sexual. Aceasta pentru că studiile realizate au măsurat nivelul hormoni-

³⁴⁹ TH. Kruger, et al. (2003). Specificity of the neuroendocrine response to orgasm during sexual arousal in men, *Bulletin et Memoires de l Academie Royale de Medecine de Belgique* 157(7-9):383-90.

lor numai în intervalul de o oră și neurotransmițătorilor din sânge sau salivă de la încheierea orgasmului. Studiile îi determină însă pe cercetători să susțină că prolactina ar putea rămâne la un nivel ridicat până la o săptămână după actul copulator³⁵⁰.

Relația dintre dopamină și prolactină



Desigur, nivelul prolactinei nu va fi atât de ridicat în timpul săptămânii de după întâlnirea trupească precum este pe parcursul primei ore, însă va fi suficient de mare

³⁵⁰ Spre exemplu, la șobolan, și în genere la celelalte mamifere, prolactina continuă să rămână ridicată timp de două săptămâni după împerechere. Vezi: E. Polston, and al. (2001). NMDA-mediated activation of the medial amygdala initiates a downstream neuroendocrine memory responsible for pseudopregnancy in the female rat. *Journal of Neuroscience* 21 (11) :4104-10.

De asemenea, în studiile făcute pe consumatorii de cocaină s-a constatat că retragerea cocainei (care, ca și actul sexual, produce multă dopamină) nivelul prolactinei crește și necesită două săptămâni pentru a reveni la niveluri normale. C. Contoreggi, et al. (2003). Treatment-seeking inpatient cocaine abusers show hypothalamic dysregulation of both basal prolactin and cortisol secretion, *Neuroendocrinologie* 78:154-162.

Și nu în ultimul rând, efectul inhibitor pe care prolactina îl are asupra nivelului de testosteron ne îndreptățește să afirmăm că în săptămâna de după încheierea unei relații sexuale, cât trebuie ca testosteronul să revină la nivelul său normal, valorile prolactinei vor rămâne mai ridicate. Vezi: Huang JY WJ, Yeh, SF Kan, et al. Effects of hyperprolactinemia on testosterone production in rat Leydig cells, *J Cell Biochem.* 2001; 80 (3) :313-320.

pentru a afecta starea noastră de spirit și comportamentul. În situații de stres, prolactina crește, determinând sentimente de descurajare și disperare, fapt care explică problemele care apar în multe relații intime.

Problemele de care se plâng adesea cuplurile la căpătul „lunii de miere” pot fi asociate cu ușurință unui nivel ridicat de prolactină, în condiții în care lista acestor probleme seamănă mult cu simptomele hiperprolactinemiei³⁵¹.

Excesul de prolactină la femei	Excesul de prolactină la bărbați
Pierderea libidoului	Pierderea libidoului
Schimbările de dispoziție / descurajare, depresie	Schimbările de dispoziție descurajare, depresie
Ostilitate, anxietate	Scăderea potenței sexuale
Dureri de cap, tulburări de vedere	Dureri de cap, tulburări de vedere
Simptomele menopauzei, chiar și atunci când cantitatea de estrogen este suficientă	Infertilitatea
Semne de creștere a concentrației de testosteron	Nivelul scăzut de testosteron
Creștere în greutate	Creștere în greutate

Așadar, mahmureala este un fenomen natural care indică în primul rând faptul că actul sexual își are finalitatea în reproducerea speciei și nu este, pur și simplu, un furnizor oarecare de plăceri euforice, relaxare și di-

³⁵¹ Heaton Jeremy. Prolactin: An integral player in hormonal politics, *Contemporan Urologie*, iunie 2003; 15:17-25.

vertisment. Scăderea dopaminei și creșterea prolactinei sunt doar două dintre componentele perturbării stării de sănătate sau a celei psihologice un timp după actul sexual. Aceste fenomene, în cazul omului, pot să fie atenuate mult până la a trece neobservate, însă numai în anumite condiții. Ele explică în mare măsură indispoziția, irascibilitatea, anxietatea și celelalte stări negative care pot urma actului sexual pentru câteva zile, vizibile mai intens la persoanele slăbite din cauza oboselii sau a stresului excesiv. Mai întâi să ne oprim puțin asupra Efectului Coolidge căci și acesta explică anumite aspecte ale sexualității umane.

Efectul Coolidge sau despre saturația sexuală în raport cu același partener

Termenul provine de la o anecdotă atribuită președintelui american Calvin Coolidge. Acesta, în timpul unei vizite întreprinse într-o fermă, își exprima nedumerirea asupra modului cum proprietarul reușește să obțină atât de multe ouă cu un număr mic de cocoși. Fermierul susține că fiecare cocoș este capabil „să-și facă datoria” de mai multe ori pe zi. Doamna Coolidge îi spuse: „Te rog, spune asta și domnului președinte” Când Președintele a trecut prin fața găinilor și i s-a vorbit despre cocoș și despre remarca soției, a întrebat: „Cu aceeași găină, de fiecare dată?” Fermierul sublinie că de fapt este vorba de o altă găină, de fiecare dată alta, numărul acestora fiind mai mare decât al masculilor. Președintele

a dat ușor din cap, zicând: „Spune-i asta Doamnei Coolidge”

Efectul de saturație a fost constatat la toate speciile de mamifere, mai ales la masculi, și într-o mai mică măsură și la femele. Spre exemplu, dacă un șoarece este adus în prezența unei femele în perioada de fertilitate el va copula până când se va instala starea de saturație. Nivelul de dopamină va coborî și așa rămâne până la aproximativ 15 zile³⁵². Deci perechea nu-l mai interesează deloc. Dacă însă este adusă o nouă femelă, imediat se constată o creșterea a nivelului de dopamină³⁵³, adică a interesului sexual și a excitației. Șoarecele va copula din nou până se instalează din nou saturația. Deși organismul cobaiului este din ce în ce mai epuizat, acesta va continua să copuleze până va cădea jos în nesimțire.

De ce fiecare nou partener va stimula atenția, adică creșterea nivelului de dopamină și o nouă excitație sexuală? Se pare că noutatea în genere are darul acesta de a suscita atenția prin emisia unei mai mari cantități de dopamină³⁵⁴. Pe de altă parte, instinctul de reproducere e atât de puternic, încât masculul trece peste impasul epuizării și copulează până se prăbușește.

Apare și în cazul omului efectul Coolidge? Desigur. Acesta explică tendința multor bărbați și femei de a-și căuta alți parteneri de sex sau explică atracția sexuală sporită pe care o poate exercita altă persoană de sex opus, chiar dacă din punct de vedere al relațiilor sexuale

³⁵² S. Putnam, et al. Testosterone restoration of copulatory behavior correlates with medial preoptic dopamine release in castrated male rats, *Horm compor.* mai 2001; 39: 216-24.

³⁵³ D. F. Fiorino, Dynamic Changes in Nucleus Accumbens Dopamine Efflux During the Coolidge Effect in Male Rats, Volume 17, Numărul 12, *Eliberarea din 15 iunie* 1997 pp. 4849 – 4855.

³⁵⁴ <http://www.medicalnewstoday.com/articles/48722.php>

conjugale, apetitul sexual este foarte redus, dacă nu și inexistent.

Și totuși, ne putem pune întrebarea: Cum se explică faptul că în pofida atâtor „impedimente naturale” privind relațiile sexuale cu un singur partener, dintotdeauna oamenii și-au întemeiat familii care au rezistat în cele mai multe cazuri până la moartea lor, având o viață echilibrată și fericită? Cum se explică faptul că viața armonioasă de familie este cel mai bun indicator pentru sănătate și longevitate? Explicația ne-o oferă înțelegerea rolului pe care oxitocina îl joacă în relațiile conjugale, în sănătatea trupească și cea psihică a fiecăruia dintre noi.

Oxitocina sau hormonul atașamentului și al dăruirii altruiste

Mahmureala sau perturbarea pe care o provoacă în viața organismului creșterea nivelului de prolactină și scăderea dopaminei poate fi de o intensitate mai mică sau mai mare. Unii abia o sesizează – în chipul unor ușoare indispoziții și irascibilități, în timp ce la alții se ajunge până la patologii din cele mai grave. Factorii de risc, cum sunt masturbarea și celelalte perversiuni sau relațiile sexuale practicate în scop recreativ, precum un sport oarecare, pe fondul stresului și al epuizării, conduc în tot mai multe cazuri la sindromul bolii postorgasmice (Post Orgasmic Illness Syndrome)³⁵⁵, care durează între patru și șapte zile

³⁵⁵ Jane MRCP Ashby, David Goldmeier, CASE REPORT: Postorgasm Illness Syndrome – A Spectrum of Illnesses, *The Journal of Sexual Medicine*, Volume 7, Issue 5, pages 1976–1981, May 2010.

după un act sexual oarecare. Dureri de articulații, iritare a ochilor, stare de epuizare, dureri de genunchi și de cap, amețeli, anxietate, slăbirea concentrării și alte probleme cognitive îi luptă într-un grad mai ridicat sau mai scăzut pe acești oameni. Simptomatologia aceasta este tot mai des întâlnită astăzi în epoca dezlănțuirii pornografiei și a aventurilor sexuale, apărând mai intens după câțiva ani de batjocorire a propriilor resurse trupesti și sufletești.

Cum de se poate ca nevinovatul act sexual să poată produce atâtea supărări în viața omului, contrar celor susținute de Kinsey și de o întreagă industrie a sexului? De ce, înainte vreme, lucrurile acestea erau total necunoscute, și chiar astăzi sunt foarte puțin evidente pentru cei mai mulți dintre oamenii care au o viață de familie armonioasă? Explicația ne-o dă oxitocina, hormonul atașamentului, al afectivității și al dragostei.

Acest minunat hormon se eliberează în organism atunci când este evocată sau este împărtășită dragostea. Spre exemplu, în momentul în care unui bărbat îi este arătată poza soției sale îi crește cantitatea de oxitocină din sânge. Tot așa se întâmplă când o femeie vede poza său soțului iubit. De asemenea, nivelul de oxitocină crește în organismul părinților când se reportează la copilul lor³⁵⁶, mai cu seamă atunci când mama își ține în brațe copilul. Orice manifestare de tandrețe, mângâierile, îmbrățișările, vorbele de încurajare, toate acestea măresc cantitatea de oxitocină. De asemenea, cu cât soțul și soția se iubesc mai mult, cu atât sporește cantitatea de oxitocină care însoțește actul sexual, orgasmul și starea postorgasmică. Ce înseamnă aceasta?

³⁵⁶ R. Feldman, variațiile naturale în îngrijirea mamei și a paternă sunt asociate cu modificări sistematice în oxitocina urma unui contact parinte-copil, *Psychoneuroendocrinology*, sept. 2010; 35 (8) :1133-41. Epub 2010 februarie 12.

Oxitocina poate contracara într-o măsură mai mică sau mai mare efectele negative ale efectului de mahmu-reală. Acest hormon minunat ajută la recuperarea rapidă a organismului după efortul actului în sine și întreține starea pozitivă și de receptivitate a celuilalt. Eliberarea oxitocinei pe parcursul actului sexual cimentează și mai mult relația dintre soț și soție.

Afectivitatea, mângâierile, manifestările dragostei, crescând nivelul de oxitocină, contribuie la sănătatea omului și nu orgasmul, care mai mult o dezechilibrează. De aceea, relațiile armonioase dintre soți, întemeiate pe dragoste, înțelegere și sprijin emoțional, sunt un bun indicator pentru sănătate. Astfel se explică de ce părinții care iubesc și-și ocrotesc copiii sunt mult mai longevivi decât ceilalți.

- Nivelul de oxitocină crește și numai la o atingere și o susținere din partea soțului sau a soției; la femei, mai ales, cantitatea mai mare de oxitocină are un efect de protecție cardiovasculară, de reducere a tensiunii arteriale³⁵⁷

- Oxitocina contracarează efectele cortizonului – hormonul stresului – crescând mult rezistența la stres, adică, implicit, contribuie la creșterea imunității³⁵⁸.

- S-a demonstrat, de asemenea, că oxitocina susține individul în fața stresului psiho-social³⁵⁹.

³⁵⁷ M. Karen, Effects of Partner Support on Resting Oxytocin, Cortisol, Norepinephrine, and Blood Pressure Before and After Warm Partner Contact, *Psychosomatic Medicine*, (2005) 67:531-538

³⁵⁸ Jean-Jacques Legros, Oxytocin mediates the antidepressant effects of mating behavior in male mice, *Neuroscience Research*, Volume 68, Issue 2, October 2010, Pages 151-153. Uvnas-Moberg K, M Petersson, Oxytocin, a mediator of anti-stress, well-being, social interaction, growth and healing, *Psychosom Z Psychother Med*. 2005; 51 (1) :57-80.

³⁵⁹ M. Heinrichs et al. Social support and oxytocin interact to suppress cortisol and subjective responses to psychosocial stress, *Biol Psihiatrie*. 15 decembrie 2003; 54 (12) :1389-98.

- Interacțiunile sociale sau familiale producătoare de oxitocină ajută în procesul de vindecare și de creștere³⁶⁰.
- Oxitocina joacă un semnificativ rol anxiolitic (reduce anxietatea)³⁶¹ și are un efect calmant³⁶².
- La încheierea actului sexual, oxitocina contribuie la diminuarea efectului de mahmureală (reduce anxietatea și depresia și recuperează mult mai repede consumul substanțial produs de actul în sine)³⁶³, bineînțeles, atunci când relația este mediată de sentimentul de dragoste. Cercetările au dovedit că în cadrul manifestării sentimentului de dragoste, oxitocina mediază activarea circuitului de recompensă și mărește cantitatea de dopamină din mezolimbic³⁶⁴.
- Niveluri mari de oxitocină sunt asociate cu atașamentul față de părinți și sunt invers proporționale cu stresul psihologic și cu simptomele depresive³⁶⁵. Adică, oxitocina joacă și un rol antidepresiv.
- Oxitocina reduce pofta de mâncare. Și ajută la o recuperare mai rapidă în urma consumului de droguri și alcool. De aici putem înțelege rolul extraordinar pe care-l pot juca cei apropiați în curele de dezintoxicare³⁶⁶.

³⁶⁰ Uvnas-Moberg K, M Petersson, Oxytocin, a mediator of anti-stress, well-being, social interaction, growth and healing, *Psychosom Z Psychother Med.* 2005; 51 (1) :57-80.

³⁶¹ M. Tops, Anxiety, cortisol, and attachment predict plasma oxytocin, *Psychophysiology* 2007 May; 44(3).

³⁶² O injecție cu oxitocină poate calma un șobolan aflat într-o cușcă plină cu șobolani anxioși. Agren, G. & Lundeborg, T. (2002). Social stress blocks energy conservation in rats exposed to an oxytocin-injected cage mate, *Neuroreport* 13(11):1415-9.

³⁶³ M. Waldherr și I. D. Neumann, Centrally released oxytocin mediates mating-induced oxylysis in male rats, *Proc Acad. Sci Natl SUA A.* 2007 octombrie 16; 104 (42) 16681-16684.

³⁶⁴ L. J. Young and Z. Wang, The neurobiology of pair bonding, *Nat. Neurosci.* 7 (2004), pp. 1048–1054. Full Text via CrossRef | View Record in Scopus | Cited By in Scopus (228).

³⁶⁵ I. Gordon, Oxytocin and cortisol in romantically unattached young adults: associations with bonding and psychological distress, . *Psihofiziologie* mai 2008; 45 alineatul (3) :349-52. Epub 2008 februarie 04.

³⁶⁶ Kovacs GL, Sarnyai Z, Szabo G (1998) Oxytocin and addiction: a review. *Psychoneuroendocrinology* 23:945–962.

- Oxitocina reduce, de asemenea, pofta de dulciuri³⁶⁷. În timp ce zahărul scade cantitatea de oxitocină.
- Oxitocina crește receptivitatea sexuală și contracarează impotența³⁶⁸.
- Oxitocina contribuie la stabilirea de relații sociale, este implicată în construirea unei relații de încredere între oameni³⁶⁹ și sporește generozitatea³⁷⁰.
- Oxitocina îmbunătățește capacitatea de a intuit starea mentală a celorlalți atunci când te afli în contact cu ei³⁷¹. Adică, ajută la procesul de socializare.
- La copiii cu autism se înregistrează niveluri reduse de oxitocină în sânge, lucru pentru care acest hormon se consideră că poate juca un rol esențial în sprijinirea recuperării handicapului³⁷².
- Oxitocina ajută de asemenea în vindecarea mai rapidă a rănilor și asigură protecție în fața bolilor cardiovasculare³⁷³.
- Contribuie la reducerea durerii³⁷⁴.

³⁶⁷ Billings LB, Oxytocin and addiction: a review, *Psychoneuroendocrinology* noiembrie 1998; 23 (8) :945-62.

³⁶⁸ Pedersen CA, Boccia ML: Oxytocin maintains as well as initiates female sexual behavior: effects of a highly selective oxytocin antagonist.

³⁶⁹ M. Kosfeld et al. 2005. Creșteri Oxytocin increases trust in humans, *Natur* 435:673-676.

³⁷⁰ Zak, Stanton PJ, AA, Ahmadi, A. 2007. Oxytocin increases generosity in humans. *PLoS ONE* 2 (11): 1128.

³⁷¹ G. Cupole, et al., Oxytocin improves "mind-reading" in humans, *Biol Psihiatrie*. 15 martie 2007; 61 (6) :731-3. Epub 2006 29 noiembrie.

³⁷² <http://www.popsoci.com/scitech/article/2008-02/compassion-cure?page=>

³⁷³ Courtney E. Detillion, Social facilitation of wound healing, *Psychoneuroendocrinology* Volumul 29, Nr 8 , septembrie 2004, Pagini 1004-1011; JP. Gouin, Comportament marital, oxitocina, vasopresină, și vindecarea rănilor, *Psychoneuroendocrinology*, august 2010; 35 (7) :1082-90. Epub. 2010 februarie 09.

³⁷⁴ Robinson DA, Oxytocin mediates stress-induced analgesia in adult mice, *J Physiol*. 15 aprilie 2002; 540 (Pt 2) :593-606.

- Studiile au scos în evidență și un rol al oxitocinei în protecția împotriva infecțiilor și a inflamațiilor³⁷⁵.
- Oxitocina reduce teama. Creșterea nivelului de oxitocina inhibă stresul reacției de apărare produsă de creșterea adrenalinei – hormonul de luptă sau fugă³⁷⁶.
- Oxitocina mărește viteza de vindecare. Experiențele au ne arată că hamsterul se vindecă de două ori mai repede atunci când se află în compania unui alt hamster, decât atunci când este izolat³⁷⁷.
- Oxitocina reduce comportamentul antisocial. Administrarea de oxitocină normalizează comportamentele sociale la animalele ce prezintă schizofrenie³⁷⁸.
- Oxitocina poate explica de ce, de asemenea, între diferite specii de primate, părinții care-și îngrijesc mai bine copiii trăiesc în mod semnificativ mai mult³⁷⁹.
- Conform unor cercetări realizate în 2004, oxitocina joacă un rol protector în cancerul de prostată³⁸⁰.
- Rezultate recente sugerează că oxitocina poate proteja împotriva dezvoltării cancerului de sân sau ajută în încetinirea progresiei acestuia³⁸¹.

³⁷⁵ SO.Ișeri, et al. Oxitocina protejează împotriva daunelor induse de sepsis-multiplu de organ: rolul de neutrofile, *J Res Surg.* 01 iunie 2005; 126 (1) :73-81.

³⁷⁶ D. Huber, Vasopressin and oxytocin excite distinct neuronal populations in the central amygdala, *Science.* 2005 Apr;308(5719):245-8

³⁷⁷ Glasper, ER & DeVries, AC 2005. structura socială influențează efectele de locuințe perechi pe vindecarea rănilor. *Brain Behavior și Imunitate*, 19:61-68.

³⁷⁸ P.R. Lee, et al., Social interaction deficits caused by chronic phencyclidine administration are reversed by oxytocin, *Neuropsychopharmacology.* 2005 Oct;30(10):1883-94.

³⁷⁹ Caltech Parent that takes care of offspring tends to outlive the other parent, study shows.(1998) Retrieved November 4, 2004 from Cal Tech press release Web site

³⁸⁰ Cassoni P, et al., Evidence of oxytocin/oxytocin receptor interplay in human prostate gland and carcinomas, *Int J Oncol.* 2004 ct;25(4):899-904.

³⁸¹ Mattie Topuri, Individual differences in emotional expressivity predict oxytocin responses to cortisol administration: Relevance to breast cancer?, *Biological Psychology*, Volume 75, Issue 2, May 2007, Pages 119-123.

▪ În cazul existenței unor tumori, oxitocina inhibă proliferarea celulelor neoplazice, fie ale cancerului mamar sau uterin, fie ale altor tipuri de cancer³⁸².

▪ Rolul oxitocinei în prevenirea cancerului de sân este deja recunoscut științific, fiind și brevetată tehnica în sine. Problema este aceea că utilizarea preparatului este mult mai puțin eficientă decât o poate face oxitocina produsă în chip natural, prin susținerea emoțională și afectivitatea resimțită sau împărtășită de femeie³⁸³.

Nu numai la om oxitocina mediază și consolidează atașamentul. Se pare că la cele mai multe dintre mamifere se petrece o creșterea a nivelurilor oxitocinei după împerechere. Aceasta ar avea ca sens întărirea atașamentului între cei doi parteneri pe perioada gestației și a nașterii puilor. La multe dintre specii, în această perioadă, masculul își susține femela. Legătura între nivelul oxitocinei și atașament a fost demonstrată pe șoareci, prin injectarea de oxitocină în creierul acestora. Efectul a fost acela de consolidare a atașamentului față de perechea sa și de scădere totală a interesului pentru alte femele.

La oameni însă lucrurile nu sunt atât de simple. Independența noastră față de condiționările instinctului este suficient de mare, încât producția de oxitocină să nu fie legată atât de actul sexual, cât de afecțiune și dragoste, de manifestări de ordin sufletesc. Există, mai ales astăzi, o mulțime de bărbați care-și părăsesc femeile chiar la nașterea pruncilor, nu mai vorbim de faptul că atâtea femei își leapădă pruncul din pânțece fără a lua în conside-

³⁸² P. Cassoni et al., Oxytocin and Oxytocin Receptors in Cancer Cells and Proliferation, *Journal of Neuroendocrinology*, Volume 16, Issue 4, pages 362–364, April 2004.

³⁸³ <http://investor.nastech.com/phoenix.zhtml?c=83674&p=irol-newsArticle&ID=714964&highlight=>

rare trauma de ordin psihic, neurologic și organic pe care aceasta o produce. Mai cu seamă în cadrul consumului de pornografie, al aventurierismului erotic și al perversiunilor sexuale, oxitocina este insuficientă pentru a asigura un confort psihic, o stare pozitivă și sentimentul împlinirii. Mai curând frustrarea este aceea care definește viața sexuală a celui care a apucat pe căile pornografiei și a libertinajului sexual.

În condițiile unei vieți sexuale desprinse de dimensiunea relației afective, care ar fi trebuit să o determine, efectul Coolidge îl va împinge pe individ să-și caute un partener mai atrăgător. Dacă dragostea dintre soț și soție este puternică și este alimentată permanent prin diverse gesturi și manifestări, mai ales prin nașterea de copii, nivelul de oxitocină va fi ridicat și, din punct de vedere organic și psihologic, cei doi nu vor simți nevoia unui alt partener. Actul sexual nu va avea puterea să zdruncine această relație, decât dacă se abuzează de el, sau dacă se deviază în vreo perversiune. Subminând sentimentul prin cultivarea plăcerii egoiste, aceasta va arunca în aer familia.

Așadar, în perspectiva mai noilor descoperiri din domeniul neurobiologiei actului sexual, teoria orgasmelor cât mai intense și mai multe este extrem de nocivă pentru cei care vor să-și întemeieze o familie. Mult sex înseamnă, inevitabil, un și mai mare dezechilibru psiho-somatic, prin cronicizarea stării de mahmureală. În acest context, pe soți nu-i va mai lega decât dependența de sex, și aceasta până când vor găsi un alt partener – Efectul Coolidge. Adică omul se va comporta, pur și simplu, precum mamiferele poligame, dezinteresate de viitorul puilor lor.

Dar nu numai viața de familie este pusă în pericol prin exacerbarea vieții sexuale, eventual și prin perversiuni și masturbare. Viața sexuală dezorganizată, transformată într-un mijloc de divertisment, conduce la valori mari ale prolactinei și ale prostaglandinei E2, importanți factori de risc în apariția a multe boli, mai ales a cancerului de prostată, de sân, de col uterin sau a altor formațiuni tumorale.

În același timp însă, oxitocina pe care o induce în organism afecțiunea și dragostea împărtășite de cei doi soți este un factor esențial de sănătate, după cum am putut constata anterior. Oare rata uriașă a bolilor cardiace și a celor metabolice, a cancerelor și a bolilor de nervi nu ar putea să-și găsească explicația în revoluția sexuală care a promovat sexul patologic în detrimentul relației afective și a susținerii emoționale a soților în familie?

Oxitocina nu este numai hormonul atașamentului dintre bărbat și femeie în cadrul relațiilor conjugale. Niveluri mari de oxitocină se înregistrează în toate actele altruiste, de dăruire de sine și de dragoste. Aceasta explică de ce multe mame tinere pot să-și crească copiii singure, fără a fi înnebunite, după cum insinuează unii, de lipsa vieții sexuale. Oxitocina care apare în sângele mamei atunci când își ține copilul în brațe sau când se gândește cu îngrijorare și dragoste la el e suficientă pentru a asigura echilibrul sufletească și o stare de spirit pozitivă. Asta, bineînțeles, dacă respectiva femeie nu este afectată puternic de o imagerie pornografică sau nu a reușit să depășească dependența de sex, de care suferise mai înainte de a avea copilul. Tot așa, oxitocina poate explica de ce monahii și alți oameni credincioși, a căror dăruire de sine și dragoste față de Dumnezeu este mult sporită,

sunt foarte liniștiți, sănătoși și bucuroși, deși nu au nimic de-a face cu relațiile sexuale.

Privind lucrurile din această perspectivă, actele sexuale nu sunt determinante sub nici o formă pentru sănătatea și fericirea omului. Desigur, în cadrul vieții conjugale, acestea împlinesc dragostea prin rodirea ei întru nașterea de prunci, însă în nici un caz nu pot fi socotite, cel puțin pe temeii psihologic și neurologic, indispensabile pentru liniștea și fericirea individului. Acest lucru nu va putea fi înțeles de aceia care și-au lăsat mintea pradă fantasmelor erotice, excitându-și simțurile. Fără să-și dea seama, aceștia au contribuit ei înșiși la propria condiționare, la condiționarea pavloviană a unor reacții psihologice și organice extrem de nocive. Astfel că au ajuns să se excite sexual în contexte neutre sau să se autostimuleze imaginativ, resimțind patologic nevoia descărcării orgasmice. Astfel s-au prins singuri în lanțurile cercului vicios al dependenței sexuale, în care orgasmele, deși par să satisfacă nevoia și să liniștească, nu fac altceva decât să alimenteze prin mecanismele descrise anterior neliniștea și anxietatea, starea de indispoziție și de nervozitate. Aceasta, în prima fază, căci, în timp, își face loc uzura psihică și neurologică, epuizarea și depresia. După mai multe schimbări ale partenerului și partide de sex din cele mai inedite, individul se simte tot mai golit, mai uscat sufletește, abia atunci realizând că a fost prins într-un cerc vicios din care nu mai vede scăpare. De aici încolo se instalează depresia severă, corelată adesea cu consumul drogurilor și al medicamentelor și cu gândul tot mai intens la sinucidere. Și, din păcate, cincisprezece la sută dintre cei ce suferă de această cumplită boală ajung la sinucidere.

Pornografia și sexul liberal, factori de depresie

Statisticile spun că peste câțiva ani depresia va fi a doua boală ca răspândire pe glob. În America și în multe state din Europa s-a ajuns deja ca depresia să afecteze 15% din populație. România se află și ea într-un eșalon fruntaș, deși în urmă cu douăzeci de ani ne aflam mult în urma tuturor țărilor „dezvoltate”. Însuși faptul că depresia afectează mai degrabă societățile avansate economic și chiar persoanele cu o anumită poziție socială ne poate face să înțelegem că nu sărăcia este cauza acesteia.

În România însă, dacă luăm în considerare rata uriașă a sinuciderilor în rândul tinerilor cu vârste cuprinse între 9 și 18 ani – 30-40% din total, după declarațiile doctorilor de la Spitalul de Psihiatrie „Alexandru Obregia” din București –, putem bănuși că rata persoanelor depresive e cu mult mai mare.

De ce au ajuns tinerii români la o asemenea rată a sinuciderilor, care anunță parcă un fel de genocid psihologic al poporului român? Motivele sunt mai multe:

- lipsa afectivității părinților;
- confuzia și haosul social;
- băutura, drogurile de tot felul, inclusiv etnobotanicele etc.

Există, desigur, o mulțime de motive care pot fi invocate și care trebuie neapărat luate în seamă ca importanți factori de risc, dar între toți aceștia eșuarea într-o sexualitate promiscuă de la vârste fragede joacă un rol esențial. Iată doar câteva dintre motive:

- efectul de mahmureală, datorat dezechilibrului indus de orgasm asupra nivelurilor dopaminei și noradrenalinei, nefiind contracarat de acțiunea oxito-

cinei, prin lipsa relației afective, conduce repede la nemulțumire și schimbarea partenerului;
epuizarea sexuală cauzată de transformarea relațiilor sexuale într-un exercițiu cotidian;
dependența de un sex impersonal, lipsit aproape complet de sentimente, în care excitația este obiectivul central;
frustrarea determinată de lipsa de dragoste și de atenție din partea partenerului care te folosește ca pe un obiect sexual;
egoismul acestui sex impersonal, în care fiecare urmărește asiduu propria plăcere, lipsește pe om de beneficiile oxitocinei, cea care ajută cel mai mult la stabilirea echilibrului organic și mental a individului, protejându-l în fața stresului și conferindu-i o stare psihică pozitivă de încredere în sine și de receptivitate a celorlalți. Prin toate acestea, actul sexual devine un mecanism vicios, care epuizează și neliniștește individul, iar acesta găsește tot mai puține resurse psihologice și fiziologice. Omul este împins astfel până la un grad ridicat de deznădejde, care culminează în multe cazuri cu sinuciderea³⁸⁴. Există deja o mulțime de studii care demonstrează relația cauzală dintre debutul vieții sexuale la o vârstă timpurie și rata depresiilor și a sinuciderii³⁸⁵.

Oricum, factorul principal de risc în epoca noastră pentru o parcurgere rapidă a tuturor stadiilor degenerescenței este pornografia. Nu trebuie să uităm nici perversiunile sexuale, care, ca niște elemente reprezentative ale libertinaju-

³⁸⁴ See Hallfors DD, Waller MW, Ford CA et al., Adolescent depression and suicide risk: association with sex and drug behaviors, *Am J Prev Med* . 27 :224–230.

³⁸⁵ Rector, R, Johnson, K; Noyes, L. Sexually Active Teenagers Are More Likely to Be Depressed and to Attempt Suicide, *Heritage Foundation*, 2003.

lui sexual și alte culturii pornografice, joacă un rol esențial în apariția depresiei și, în general, în slăbirea sănătății și în declanșarea bolilor.

Sexul oral, anal și masturbarea: factori de boală organică și tulburare mentală

Dacă dai o căutare pe internet sau deschizi o revistă la modă, interesându-te sau nu subiectul vieții sexuale, este aproape imposibil să nu te confrunți cu o mulțime de recomandări privind sexul oral și masturbarea. Prezentate ca ultime descoperiri în domeniul sexualității umane, aceste acte sunt descrise cel mai adesea la modul superlativ, găsindu-li-se o mulțime de avantaje, că te și întrebi dacă nu e mai bine să renunți complet la relația sexuală normală. Și unii chiar au tendința să o înlocuiască, după cum noi înșine am constatat în investigațiile desfășurate de-a lungul timpului. Și totuși, studiile recente demonstrează contrariul: oricare relație perversă, desfășurată așadar altfel decât actul sexual normal, conduce la grave tulburări mentale și la probleme fiziologice majore.

De ce nu se spune adevărul? De ce nu sancționează aproape nimeni în presă minciuna care distruge viața a milioane de oameni numai în România, ducându-i la depresie și disperare? Cercetătorul Stuart Brody ne dă un răspuns la această întrebare: „Acele afirmații [de recomandare a perversiunilor] izvorăsc din confluența unor prejudecăți politice, a unor metode de cercetare neper-

formante și a unei credulițăți ce nu pune în discuție cele auzite (opiniile științei de popularizare)”³⁸⁶.

Vom reproduce în continuare doar câteva dintre studiile care demonstrează uriașul potențial patologic al sexului oral, anal și al masturbării. Rămâne doar ca tinerii să fie informați pentru a ști că trebuie să aleagă între sănătate și boală, între împlinirea unei vieți de familie și dezagregarea psihică.

Studiile recente scot în evidență faptul că există o mare diferență din punct de vedere fiziologic, psihologic și neurologic între actul sexual normal și celelalte forme de excitare și obținere a orgasmului³⁸⁷

În primul rând, masturbarea și sexul oral etc. nu produc suficientă prolactină, cât să fie necesară obținerii sentimentului de sațietate după orgasm.

„Cercetările indică faptul că creșterea prolactinei în urma orgasmului este implicată într-o buclă de feedback, care servește pentru a reduce excitarea prin inhibarea proceselor dopaminergice centrale și, probabil, periferice. Amploarea creșterii post-orgasmic a prolactinei este astfel un indice neurohormonal de sațietate sexuală.”³⁸⁸

Folosindu-se datele de la trei studii realizate pe bărbați și femei implicate în masturbare sau contact sexual normal s-a constatat că magnitudinea creșterii de prolactină în urma actului sexual normal este cu 400% mai mare decât în urma masturbării³⁸⁹. Aceasta dovedește că mastur-

³⁸⁶ Stuart Brody, Penile – vaginal intercourse is better: evidence trumps ideology, *Sexual and Relationship Therapy*, Vol. 21, No. 4, Nov. 2006.

³⁸⁷ Stuart Brody, Vaginal orgasm is associated with better psychological function, *Sexual and Relationship Therapy*, Volume 22, Issue 2 May 2007, p. 173 – 191.

³⁸⁸ Stuart Brody și Tillmann HC Krügerb The post-orgasmic prolactin increase following intercourse is greater than following masturbation and suggests greater satiety, *Biological Psychology*, Vol. 71, Issue 3, March 2006, p. 312-315.

³⁸⁹ Idem.

barea, ca și sexul oral, nu dau sațietate, adică lasă un permanent sentiment de frustrare ce reclamă repetarea actului. De fapt, lipsa de prolactină ne arată că excitația nu va fi suficient inhibată, fapt care va determina creșterea nivelului de anxietate, a nerăbdării reluării actului sexual. Nivelele crescute de dopamină și noradrenalină vor afecta celula nervoasă după mecanismele discutate anterior și vor conduce la comportament obsesivo-compulsiv și la dependență. Lipsa sațietății face ca actele sexuale perverse să nu ofere satisfacția necesară. Restul de excitație sexuală va genera anxietate, irascibilitate, stare de nervozitate și, în timp, se va instala depresia.

Psihologic vorbind, toate perversiunile degradează sentimentul dragostei, până îl transformă într-o indiferență egoistă: „fiecare cu plăcerea lui”. Celălalt este folosit precum un obiect sexual, lucru deprimant, la un moment dat, mai ales pentru femeie. Dar nu numai prolactina nu mai crește suficient în cazul masturbării și a actelor perverse. Din cauza secătuirii dragostei, oxitocina va rămâne la nivele mult prea mici ca să mai poată ajuta individul să depășească efectul de mahmureală sau neajunsurile epuizării sexuale. În genere, aceste acte sunt un izvor permanent de nemulțumire și stres psihologic. Asta determină și apariția tulburărilor mentale, mai ales la femeie.

Masturbarea și celelalte perversiuni generează depresie

Într-un studiu realizat în anul 2004, pe un lot de 914 femei, s-a constatat că sindromul de depresie majoră pe

durata vieții este corelat cu o creșterea a ratei de masturbare și un nivel scăzut de plăcere fizică în cadru relațiilor sexuale normale³⁹⁰.

Același lucru a fost constatat și într-un alt studiu realizat pe 47 de adolescente. În acest studiu însă, s-a observat o legătură inversă existentă între depresie și masturbare. În mod evident, cele două comportamente sunt asociate³⁹¹.

Perversiunile și debutul bolilor psihice

Într-un studiu desfășurat în 2008 ce a ținut sub observație 94 femei portugheze, s-a constatat că relațiile sexuale anormale – sex oral, anal, masturbare – implică o rată mai mare de folosire a mecanismelor de apărare imatură (immature psychological defense mechanisms), adică o mai mare rată a fantazării autiste, a agresiunii pasive și a somatizării (transformarea sentimentelor negative față de alții în sentimente negative în raport cu propriul corp: dureri, boală, anxietate). Sporirea simptomatologiei mecanismelor de apărare imatură în cazul actelor perverse este sinonimă cu manifestările care apar în tulburările de panică, în depresie, în tulburările de anxietate socială și în tulburările obsesivo-compulsive³⁹².

Într-un studiu realizat în anul 2002 pe 54 de femei și 39 de bărbați, Stuart Brody descoperă o legătură de pro-

³⁹⁰ Jill M. Cyranowski et al., Lifetime Depression History and Sexual Function in Women at Midlife, *Archives of Sexual Behavior*, Vol. 33, Nr 6, 539-548, DOI: 10.1023/B.

³⁹¹ Fröhlich P, C Meston, Sexual functioning and self-reported depressive symptoms among college women, *J Res Sex. nov.* 2002; 39 (4) :321-5.

³⁹² S. Brody RM Costa, Vaginal orgasm is associated with less use of immature psychological defense mechanisms, *Sex J Med.* mai 2008; 5 alineatul (5) :1167-76. Epub 2008 04 martie.

porționalitate între comportamentul sexual anormal și apariția alexithimiei. Această afecțiune este, în general, caracterizată de o deficiență în identificarea emoțiilor și în diferențierea între emoțiile și senzațiile fizice ale excitației emoționale. Alexithimia presupune și dificultatea de comunicare a emoțiilor către ceilalți, precum și o reducere a capacității imaginative. Persoanele suferinde de această afecțiune nu pot să recunoască emoțiile celorlalți și se implică mult mai slab în sarcini ce privesc comunicarea interemisferică³⁹³. Alexithimia înseamnă întâmpinarea de dificultăți emoționale și psihice în construirea și menținerea relațiilor, deși mai ales femeile resimt dureros această dizabilitate³⁹⁴. În cadrul relațiilor intime, alexithimia este un indicativ al insatisfacției, al nemulțumirii privind persoana celuilalt, în fond o problemă în comunicarea interpersonală³⁹⁵.

Problemele emoționale produse de actele sexuale anormale sunt de așteptat atâta timp cât, psihosomatic, acestea creează un stres foarte mare și îl închid pe individ în orizontul egoist al propriei poftă. Din păcate, oamenii care pornesc pe acest drum ajung mai devreme sau mai târziu să se trezească că au suferințe psihice, fără să înțeleagă însă care este cauza.

Există o literatură științifică care se îmbogățește continuu, privind valorizarea actelor sexuale în funcție de indicii de bine psihologic și fiziologic. Având în vedere aceste criterii, cercetătorii constată astăzi ceea ce din punctul de

³⁹³ Stuart Brody, Alexithymia Is Inversely Associated With Women's Frequency of Vaginal Intercourse, *Archives of Sexual Behavior*, Vol. 32, No. 1, February 2003, pp. 73–77 (C 2003).

³⁹⁴ Colin Hesse, Affection mediates the impact of alexithymia on relationships, *Personality and Individual Differences*, Volume 50, Issue 4, April 2011, Pages 451–456.

³⁹⁵ T.P. Humphreys et al. Alexithymia and satisfaction in intimate relationships, *Personality and Individual Differences*, Volume 46, Issue 1, January 2009, Pages 43–47.

vedere al gândirii tradiționale însemna firescul. La capătul a cincizeci de ani de propagandă a revoluției sexuale, iată că știința simte nevoia reîntoarcerii la adevăr. Din studiul realizat de R. Costa și S. Brody, rezultă că satisfacția, intimitatea, încrederea și dragostea sunt asociate numai actului sexual normal³⁹⁶.

Și la bărbați autoerotismul masturbator este asociat cu diverse afecțiuni. Din punct de vedere organic, masturbarea este asociată cu probleme de erecție, cu un nivel scăzut de testosteron. Psihologic vorbind, vinovăția resimțită de persoanele care se masturbau este corelată cu probleme psihice și cu probleme relaționale³⁹⁷. În același timp, problemele erectile induse de masturbare sunt strâns legate în ecuația scăderii dorinței sexuale față de o relație sexuală normală cu o femeie³⁹⁸, a anxietății și depresiei, precum și a complicațiilor care conduc la creșterea mortalității cardiovasculare³⁹⁹.

Actele sexuale perverse, odată pătrunse în viața intimă a cuplului, fie din motive de curiozitate, fie impuse de un partener deja „virusat”, sau numai pentru că sunt la modă, substituie tot mai mult actul sexual normal. După cum am arătat anterior, ele schimbă paradigma relației intime, de la o relație interpersonală către una individualistă cuplată la cutia de viteze a unui motor imaginativ, fantasmatic. În consecință, confruntat cu frustrările de

³⁹⁶ Costa RM, S Brody, Women's relationship quality is associated with specifically penile-vaginal intercourse orgasm and frequency, *J Sex marital*, Nu. 2007 Iul-Sep; 33 (4):319-27

³⁹⁷ G. Corona, Autoeroticism, mental health, and organic disturbances in patients with erectile dysfunction, *J Sex Med.*, 2010 Jan;7(1 Pt 1):182-91.

³⁹⁸ G. Corona et al. Psychobiological correlates of women's sexual interest as perceived by patients with erectile dysfunction, *J Sex Med.* 2010 Jun;7(6):2174-83.

³⁹⁹ E. Bandini, Severe depressive symptoms and cardiovascular risk in subjects with erectile dysfunction, *J Sex Med.* 2010 Oct;7(10):3477-86.

natură organică și psihologică ale lipsei de dragoste sau ale neputinței de a mai iubi, omul ajunge să cadă tot mai mult pradă gândurilor de deznădejde, de sinucidere. Mecanismul infernal al unei sexualități lipsite de dimensiunea relației afective uzează și distruge în timp psihicul și nervii omului. Cale de întoarcere există, însă trebuie mult efort și un anume meșteșug, după cum se va putea constata în continuare.

Terapia dependenței de pornografie

Mai devreme sau mai târziu, majoritatea consumatorilor de pornografie ajung să-și dorească din toată inima să se poată elibera de aceasta, de iadul în care s-a transformat viața lor. Lucrul nu este însă chiar atât de simplu, căci, odată ajuns dependent, nu mai este suficient să vrei să te poți lăsa, trebuie să afli și voința sau puterea să faci acest lucru. Cu alte cuvinte, ai nevoie de ajutor. De aceea s-a și dezvoltat atât de mult în ultimii ani psihoterapia dependenței sexuale.

Dependența înseamnă, în primul rând, dereglarea unor sisteme corticale, cum ar fi cele ale producției de dopamină, noradrenalină și serotonină. Nici o altă activitate nu te mai poate motiva suficient în afara comportamentului care a generat dependența, în cazul nostru vizionarea de pornografie sau orice fantasmă sau act care mai poate induce excitația sexuală. Căci, relațiile conjugale firești nu mai spun mare lucru dependentului de sex. Apoi, problemele pe care le ridică consumul de pornografie sunt de natură psihologică: scăderea respectului de sine, izolarea socială, pierderea capacității de comunicare și, mai presus de toate, reveriile și coșmarurile erotice care nu mai dau pace minții. Ce putem face?

În România, nu s-a dezvoltat încă psihoterapia dependenței de sex, astfel încât e mai greu de aflat o persoană potrivită să acorde un real ajutor. De altfel, după cum observa Patrick Carnes, riscul ca înșiși terapeuții să ajungă dependenți de sex e destul de mare, în condițiile în care se află permanent în contact cu persoane obsedate de acest lucru⁴⁰⁰.

⁴⁰⁰ „Ca o ironie, dr. Carnes a constatat și faptul că mulți terapeuți (psihologi, psihiatri și asistenți sociali) suferă de dependențe sexuale și comportamente sexuale in-

Dar românii au un avantaj în faptul că tradițiile și credința, mediul natural și relațiile comunitare nu au fost cu totul distruse. Încă mai există repere ale normalității, mai ales în direcția relațiilor dintre oameni, care sunt mult mai vii și mai omenoase decât în Occident. Cu toate acestea, dat fiind agresivitatea acestui tip de dependență, e bine de știut care sunt câteva dintre concluziile la care a ajuns cercetarea occidentală în domeniu, atât în ceea ce privește tehnicile psihoterapeutice, cât și factorii de risc. Vom începe cu cei din urmă pentru că sunt mai ușor de evitat, putând constitui un punct de plecare în cadrul terapiei.

Factorii alimentari

Epuizarea sexuală pe care o provoacă pe termen lung pornografia și masturbarea înseamnă apariția unei disfuncții la nivelul axei hipotalamus-hipofiză-suprarenale-testicule/ovare și afectează, de asemenea, ficatul și pancreasul. În genere, imunitatea slăbește, individul confruntându-se cu o mulțime de suferințe și afecțiuni. Toate acestea produc o puternică stare de slăbiciune, o stare de epuizare nervoasă, care nu-i permite omului să se mai lupte cu dependența. Pur și simplu nu mai are forță și nu mai întrevede speranța unei altfel de vieți. Sistemele de emisie a dopaminei, serotoninei și noradrenalinei

adevate, «puse în practică». După cum afirmă acest medic, «una din descoperirile care au rezultat din ancheta noastră a fost că femeile dependente, care solicită ajutor psihoterapeutic, sunt adesea abuzate sexual de către terapeuții lor».

De asemenea, ratele de asigurări pentru malpraxis ale terapeuților au crescut vertiginos în ultimii ani, în parte din cauza proceselor intentate unui număr semnificativ dintre colegii lor, care au abuzat sexual sau au exploatat pacienți în timpul tratamentului. Acest lucru indică faptul că acest comportament sexual compulsiv constituie o problemă chiar și pentru specialiștii din branșa terapeuților.” V. Cline, op. cit.

sunt afectate suficient cât să apară depresia și anxietatea. Acestea sunt cele care determină neurologic întoarcerea la pornografie sau drog.

Având în vedere acestea, se recomandă o alimentație cât mai bogată în vitamine, minerale și enzime pentru a ușura funcțiile digestive și hepatice și pentru a contribui la refacerea organelor afectate. Este de dorit, așadar, o dietă bogată în vegetale – fructe, legume – cât mai multe crudități, ceaiuri sau bitter de plante, precum și orice supliment alimentar care susține refacerea ficatului și a sistemului nervos. Ca terapie pentru dezintoxicare, metoda Gerson dă rezultate deosebite.

Din suplimentele alimentare recomandate de dr. M Richards, reținem:

- Complexul de vitamine B, în special vitaminele B1, B3, B6, B9 și B12. Vitamina B3 reduce senzațiile de anxietate și depresie și favorizează transformarea triptofanului în serotonină. Vitamina B12 s-a dovedit eficientă atât în depresii cât și în alte afecțiuni neuropsihiatrice.

Vitamina C (1-2 g pe zi) contribuie la sinteza neurotransmițătorilor, întărește imunitatea și favorizează absorbția fierului și a calciului.

Sunt esențiale și vitaminele: A, D, E; mineralele: Ca, Mg, Zn, K, Seleniu; suplimentele: Ginkgo Biloba, Ginseng, Omega 3, Coenzima Q10, ulei de pește sau oricare alt protector hepatic.⁴⁰¹ De mare importanță este consumul aminoacizilor triptofan și tirozină din care se sintetizează serotonina, dopamina și noradrenalina. Aminoacizii se

⁴⁰¹ <http://cure-erectile-dysfunction.org/persistent-sexual-arousal-syndrome-symptoms/280>

gădesc în cantitate mare în germenii de cereale, dar pot fi luate și separat ca extracte naturale.

Nu este recomandată carnea, mai cu seamă cea cumpărată din comerț, fiind încărcată de hormoni. Acești hormoni pot interveni negativ în metabolismul hormonal al organismului, întreținând starea de boală sau agravând-o. Trebuie evitați, de asemenea, conservanții și aditivii alimentari, care, la rândul lor, intoxică organismul. Glutamatul, de pildă, care și așa este produs în exces în organism din cauza stării prelungite de excitare sexuală la care acesta este supus, în condițiile în care se va afla în exces și în alimente consumate, va accentua procesul de neurotoxicitate, adică de distrugere a celulei nervoase. Din păcate, acesta este prezent în aproape orice produs din carne, în cipsuri, sosuri, în tot ce presupune folosirea unui potențator de gust.

Desigur, drogurile, băutura, fumatul trebuie eliminate cu totul. Chiar medicamentele trebuie luate cu mult discernământ, pentru a nu intoxica în plus organismul. În genere, orice excitant precum nesusul, ciocolata, cafeaua și chiar zahărul sunt extrem de nocive. În schimb, sunt recomandate mierea, polenul lăptișorul de matcă și celelalte produse apicole.

Evitarea circumstanțelor favorizante consumului

Ca și în cazul consumului de droguri sau a altor dependențe, este necesar să fie evitate conjuncturile care favorizează consumul, cel puțin prin presiunea amintirii sau a obișnuinței. Din păcate, pornografia își întinde plasa asupra multora dintre aspectele sau situațiile vieții omului

modern. Dintre toate, computerul și internetul ocupă primele locuri. De exemplu, terapeuții recomandă ca pe perioada dezintoxicării să fie evitat cât mai mult calculatorul și internetul. Sunt dependenți care au așa de bine fixată asociația internet-pornografie, încât, atunci când se apropie de tastatură, încep imediat să se excite sexual⁴⁰². Dacă, totuși, nu poate fi evitată munca pe computer și internet, este necesar să existe instalat programul care filtrează mesajele pornografice și se recomandă ca să se așeze computerul undeva la vedere, astfel încât prezența privirii celorlalți să susțină hotărârea de a nu accesa mesaje porno. Mai există și alte circumstanțe favorizante consumului de pornografie specifice fiecărei persoane. Toate acestea trebuie ocolite cât mai mult, mai cu seamă pe parcursul terapiei, fără însă a fi pierdute din vedere ulterior.

Lupta cu depresia

Pornografia, ca oricare altă dependență, induce așa-zisul sevraj. În lipsa vizionării materialelor pornografice sau a actelor care produc excitație sexuală, își fac apariția stările anxioase și depresive, irascibilitatea, durerile etc. Sevrajul se instalează din cauza scăderii nivelului de dopamină noradrenalină și serotonină, dar și a afectării altor mecanisme neuronale. Problema este aceea că toate aceste stări negative, mai cu seamă depresia, sunt cele mai bune aliante și argumente ale consumului. Sub presiunea lor, greu se poate rezista. În cazurile avansate ale

⁴⁰² J. Brody, *Cybersex Gives Birth to a Psychological Disorder*, New York Times, 16 May 2000.

dependenței, depresiile pot merge până la stări suicidale. Este esențială înțelegerea fenomenului.

La început, pornografia provoacă excitație sexuală și o anumită stare de euforie, dar, odată cu trecerea timpului, din cauza fenomenului de neuroadaptabilitate, se ajunge ca, în lipsa excitației sexuale, să se instaleze depresia, anxietatea și celelalte stări ce constituie sevrajul. Neurologic vorbind, apare o dereglare a comunicării interneuronale, la nivelul serotoninei, dopaminei și noradrenalinei.

La început, depresia este mai slabă, însă se intensifică, devenind din ce în ce mai apăsătoare și mai neliniștitoare. Creierul însă, în urma sesiunilor prelungite și frecvente de excitație sexuală, este învățat că pornografia este singura capabilă să anihileze starea depresivă. Este vorba de un fel de condiționare în contextul căreia se dezvoltă exacerbat traseele neuronale ale excitației sexuale și ale descărcării orgasmice ca răspuns la stresul produs de sevraj.

Așadar, când crește nivelul depresiei, dependentul de pornografie caută aproape inconștient imaginile sau comportamentele erotice care să-i reducă stresul prin intermediul excitației sexuale. Odată începută vizionarea, crește excitația sexuală, dar și anxietatea, până când are loc descărcarea orgasmică. Atunci se instalează o anumită stare de relaxare și liniștire. Problema este că, odată cu avansarea dependenței, intervalele de relaxare postorgasmică sunt tot mai scurte. Astfel că, din nou se instalează sevrajul și dorința revenirii la consumul de pornografie. Acțiunea este ciclică, un ciclu vicios în care nivelul euforiei scade cu timpul, crescând însă nivelul stărilor depressive. Aceasta îl împinge pe consumator către consumul unor cantități tot mai mari de drog, în cazul nostru către pornografie tot mai inedită și mai violentă. Numai prin

creșterea dozei poate fi anihilat parțial regresul stărilor euforice sau, mai corect, poate fi îndepărtate stările depressive care planează amenințător. În stadiile foarte avansate ale epuizării sexuale, dispare complet orgasmul, iar individul se află hăituit de o suferință de care nu mai poate scăpa. Desigur, idealul e să înceteze consumul de pornografie, însă condiționarea corticală nu îngăduie aceasta, și nici obsesiile psihice asociate.

În acest context, în procesul terapeutic trebuie să se țină seama de această problemă și trebuie făcut în așa fel încât depresiile să nu crească peste pragul în care condiționarea îl aruncă pe dependent în brațele pornografiei. Căile sunt multiple:

- trebuie evitat cât mai mult stresul, mai ales pe perioada terapiei, căci stresul constituie unul dintre principalii factori de risc în consumul de pornografie. Într-un studiu realizat în Statele Unite, 57% dintre consumatorii fideli au făcut uz de sexul online pentru a scăpa de stres”⁴⁰³;
- medicamentos, cu precizarea că nu trebuie luate antidepresive puternice, căci sunt extrem de toxice, și dau la rândul lor dependență, împiedicând chiar refacerea sistemului dopaminergic. Unele dintre ele sunt foarte periculoase, distrugând mai mult decât reparând. Mai curând ar trebui îndreptată privirea către ceaiurile, uleiurile sau esențele de plante care liniștesc tensiunea nervoasă, și contribuie la un somn odihnitor (vezi valeriana, teiul, talpa găștii etc.).

⁴⁰³ A. Cooper, N. Galbreath, and M.A. Becker, „Sex on the Internet: Furthering Our Understanding of Men with Online Sexual Problems,” *Psychology of Addictive Behavior* 18 (2004): 223-30 (225).

Aceeași acțiune ca a antidepressivelor, dar fără a da dependență sau alte efecte adverse, se constată și în cazul administrării unor aminoacizi din care organismul sintetizează neurotransmițătorii implicați în depresie și anxietate: serotonina, dopamina și nordrenalina. Extrasul de *Griffonia simplicifolia* – 5HTP este un metabolit al triptofanului și un precursor direct al serotoninei. 100-200 mg pe zi pot reduce major simptomele slăbiciunii nervoase și ale depresiei, îmbunătățind starea de spirit și dând un somn odihnitor. Serotonina este foarte importantă pentru acțiunea sa antibulimică, antifobică, antiobsesională, anticomulsivă, cât și pentru controlul agresivității, al apetitului, emoțiilor, pentru inducerea calmului, somnului, deșteptării din somn, și nu în ultimul rând, este esențială în procesul cognitiv.

Aminoacizii fenilalanina și tirozina sunt precursorii dopaminei și ai noradrenalinei. Suplimentarea lor ajută la sinteza celor doi neurotransmițători, adică la restabilirea funcțiilor pe care aceștia le reglează: motivația, memorizarea, atenția, concentrarea și învățarea.

- alimentația propusă la primul punct ajută la refacerea sistemului nervos și a ficatului, a nivelelor de dopamină, GABA, endorfine etc., și astfel diminuează simptomele sevrajului;
- tratamentul cu venin de albine, fie administrat direct prin înțepături, fie prin injecții este evidențiat tot mai mult ca unul dintre cele mai eficiente în reabilitarea sistemelor dopaminergic și epinefrenic. Apitoxinul poate fi una dintre soluțiile viitorului în tratarea dependenței și a Parkinsonului. Din păcate, nu poate fi o afacere pentru transna-

ționalele farmaceutice, lucru pentru care e puțin probabilă răspândirea lui.

- activitățile practice, efortul fizic, ieșitul în natură, grădinaritul etc. ajută mult pentru că eliberează mintea de povara gândurilor obsesive prin stoparea deprivării senzoriale impuse de viața la bloc, de beton și plastic; trebuie să reținem că în mod deosebit exercițiile fizice zilnice intense pot ajuta mult omul să se elibereze de depresia ce urmează dependenței de pornografie⁴⁰⁴.

Exercițiile fizice

Efortul fizic, sportul joacă un rol esențial. Poate fi principala piesă a terapiei dependenței de pornografie, fiindcă efortul susținut produce o cantitate mare de endorfine, care, pe de o parte relaxează sistemul nervos contracarând efectul hormonilor excitatorii, iar pe de altă parte dau o stare de liniște și euforie, care poate contrabalansa neurologic atracția către euforia excitației sexuale.

De asemenea, după studii realizate în ultimii ani, efortul fizic e capabil să ridice nivelele de serotonină, dopamină și noradrenalină la fel de mult ca antidepresivele⁴⁰⁵. Este vorba de cel mai bun antidepresiv care ajută în toate funcțiile corticale, în tot ce înseamnă sănătatea a omului modern. Sute de studii vorbesc despre beneficiile exercițiilor fizice pentru sănătatea mentală, dar în societatea românească acestea rămân aproape necunoscute. Nu

⁴⁰⁴ <http://www.fitness.gov/mentalhealth.htm>

⁴⁰⁵ T. L. Greer, H. M. Trivedi, *Exercise in the Treatment of Depression*, Current Psychiatry Reports 2009, 11:466–472.

este numai dezinteresul companiilor farmaceutice care luptă împotriva oricărui remediu natural al bolii psihice, fiindcă aceasta le aduce anual în jur de 80 miliarde de euro, ci trăim și consecințele unui mod de viață extrem de sedentar.

În faza inițială a dependenței, o jumătate de oră de două ori pe zi de efort fizic este suficient. Unele studii vorbesc de minimum 150 minute pe săptămână⁴⁰⁶. Cele mai eficiente exerciții sunt cele aerobice, dar și cele anaerobe joacă un rol important. Timpul alocat și gradul de efort sunt cei doi factori de care depinde refacerea sistemului nervos și a organismului în ansamblul lui. Însă legea este: cu cât mai mult efort fizic, cu atât mai repede se va putea depăși, neurologic vorbind, tensiunea anxioasă a sevrajului produs de lipsa pornografiei. Din prima zi pot fi simțite îmbunătățiri ale stării psihice, iar după 6-9 săptămâni se va putea constata un regres al afecțiunii.

Sprijinul familiei

Un rol esențial îl joacă soția sau soțul, în cazul în care femeia e cea care consumă pornografie. Terapeuții insistă ca soțul dependent să-și mărturisească slăbiciunea, să nu o ascundă față de soția sa, care va trebui să-l sprijine afectiv. Aceasta, bunăoară, când, într-adevăr, există dorința sinceră de a scăpa de dependență. Oricum, familiile închegate rămân cea mai puternică pavază împotriva efectelor negative ale pornografiei⁴⁰⁷. În nici un caz nu tre-

⁴⁰⁶ Idem.

⁴⁰⁷ Nicholas Zill, „Quality of Parent-Child Relationship, Religious Attendance, and Family Structure,” *Mapping America* 48 (2009). See also Mapping America charts of U.S.

buie făcut compromisul de a accepta deviația de la o viață conjugală firească, pentru că altfel femeia nu ar face decât să întrețină fantasmele sexuale ale soțului și epuizarea sexuală corespunzătoare oricărei perversiuni. Trebuie evitate certurile, reproșurile, îndeobște stresul care decurge din acestea.

Lupta cu fantasmele

Una dintre problemele cele mai mari pe care le ridică pornografia este războiul cu fantasmele erotice. Imaginile și filmele pornografice văzute sau perversiunile practicate de-a lungul timpului devin intruzive, constrângătoare și obsesive. De fapt, războiul psihologic pe care-l duce pornografia împotriva psihicului uman se rezumă la aceste reverii și coșmaruri pornografice care scapă de sub control, incitând, hormonal, la descărcarea sexuală.

Psihoterapeuții recomandă folosirea unei tehnici numită paza minții („safeguarding”)

„«Paznicul» reprezintă acele gânduri negative folosite pentru a întrerupe fanteziile sexuale. Ori de câte ori pacienții au fantezii sexuale⁴⁰⁸, aceștia sunt învățați să-și păzească gândurile; de exemplu, aceștia își pot reproduce mental imaginea unui gândac ce se târăște pe corpul lor, sau un sistem de televiziune public ce le transmite gândurile, sau imaginea unui ofițer de poliție care le urmărește comportamentul sexual. Prin această metodă, par-

patterns of viewing x-rated movies (Maps # 37 to 39) and adultery (Maps # 73 to 75),
<http://www.mappingamerica.org/publications>

⁴⁰⁸ Scott Aylwin, John R. Reddon, and Andrew R. Burke, „Sexual Fantasies of Adolescent Male Sex Offenders in Residential Treatment: A Descriptive Study,” *Archives of Sexual Behavior* 34 (2005): 231-39 (233-35).

ticipanții învață cum să-și întrerupă fanteziile și, se crede, că aceasta înlocuiește gradual vechea conexiune neurologică cu una diferită și mai sigură.”⁴⁰⁹

Psihoterapia ortodoxă

Factorul religios este esențial pentru eliberarea de pornografie. Cercetările demonstrează că viața religioasă ajută la eliberarea de pornografie mai mult chiar decât un mariaj fericit. „Kern (2004) a descoperit că fiecare unitate de creșterea a prezenței la biserică era asociată cu o descreștere de 26 de procente din cota de consum de pornografie pe internet”⁴¹⁰.

În acest context, psihoterapia dependenței de pornografie trebuie să aibă în vedere refacerea relației omului cu Biserica. Aceasta mai cu seamă în contextul ultimelor cercetări din domeniul psihoterapiei, care arată că cea mai potrivită metodă de tratament psihoterapeutic pentru un popor este aceea care are în vedere tradițiile și religia acestuia. În acest context, studiul publicat de Asociația Americană pentru Psihologie recomandă pentru popoarele aflate într-un spațiu al Ortodoxiei, folosirea cu prioritate a psihoterapiei ortodoxe. Aceasta ar trebui să aibă, așadar, cele mai bune rezultate pentru români⁴¹¹. De altfel, psihoterapia ortodoxă are câteva avantaje față de celelalte psihoterapii, după cum vom vedea în continuare. Avanta-

⁴⁰⁹ Patrick F. Fagan, *op. cit.*

⁴¹⁰ Stack, S., Wasserman, I., & Kern, R. (2004). Adult Social Bonds and Use of Internet Pornography (Social Science Quarterly), 85(1), 75–88, apud. Manning, *op. cit.*

⁴¹¹ P. Scott Richards and Allen E. Bergin, *Handbook of Psychotherapy and Religious Diversity*, American Psychological Association, Washington, DC, first Edit. 1995, fourth Edit. 2006

jele sunt date de experiența bimilenară în tratarea sufletului omenesc, dar și de avantajul de neegalat pe care îl are de a beneficia de ajutorul lui Dumnezeu.

Spovedania rupe cercul vicios al vinei, depresiei și deznădejdiei

În primul rând, una dintre cele mai mari greutăți pe care le întâmpină cel cufundat în mocirla pornografiei este starea de vinovăție care-l deprimă, îi scade respectul de sine și-l deznădăjduiește. Sentimentul de vinovăție, deși nu este întotdeauna conștientizat cu luciditate, îl face pe dependent să piardă încrederea în sine și-l convinge că nu mai există drum de întoarcere, că de acum trebuie să meargă înainte orice ar fi. Psihologii încearcă să-l elibereze pe pacient de acest sentiment de vinovăție, să-i redea încrederea în sine și curajul de a se lupta cu boala, însă tehnicile psihoterapeutice nu sunt atât de eficiente. În acest punct, psihoterapia ortodoxă dă rezultate extraordinare. Aceasta pentru că vina nu este numai produsul unui complex psihologic oarecare. Ea se raportează la ierarhia de valori a individului și are în vedere relațiile de dragoste și prietenie, încredere reciprocă și sinceritate, toate cu caracter ontologic. Omul religios resimte mult mai dureros această vină, însă, totodată, el are posibilitatea să se elibereze de ea prin iertarea lui Dumnezeu. Într-adevăr, spovedania face mai mult decât o mulțime de tehnici psihoterapeutice. Căci, atâta timp cât păcatul este iertat, omul se eliberează de povara sa și poate nădăjdui într-o schimbare. El știe că nimeni și nimic nu mai

are voie să-l judece atâta timp cât, instanța supremă, Bunul Dumnezeu, l-a iertat. De această iertare, de micșorare sentimentului de vină și de restaurarea încrederii în sine are neapărată nevoie bolnavul pentru a începe lupta cu el însuși în cadrul procesului de vindecare.

Credința puternică premiză și garanție a însănătoșirii

O altă problemă pe care o întâmpină cel care vrea să renunțe la pornografie o constituie emoțiile puternice – euforie, anxietate, repulsie și frică – pe care i le-au imprimat în corpul amigdalian imaginile pornografice. Acestea oferă suportul stărilor obsesive. A le șterge complet e un lucru imposibil, însă ele pot fi estompate sub presiunea unor alte experiențe emoționale la fel de puternice, dar care să aibă un caracter pozitiv. Unele ca acestea sunt prilejuite de trăirile religioase. Cu cât credința e mai puternică, cu cât dragostea față de Dumnezeu și față de cei din jur e mai profundă, cu atât e mai ușoară vindecarea prin experiența stărilor de har pe care le prilejuiesc slujbele Bisericii.

Războiul cu fantezmele erotice

Războiul cu fantezmele pornografice și *păzirea minții* ca metodă de igienă mentală sunt cunoscute din cele mai vechi timpuri în cadrul învățăturii psihoterapeutice a Bisericii. Dar, în loc de a propune asocierea imaginilor por-

nografice care asaltează mintea cu oarece grozăvii, psihoterapia ortodoxă îndeamnă la reflexia pe marginea gândului la moarte. Conștiința că suntem muritori, iar pornografia nu face decât să ne ruineze trupul și să ne apropie moartea este mai mult decât un păzitor al minții, mai cu seamă atunci când omul realizează că practicile pornografice îi distrug sufletul și-l conduc la osândă veșnică. De asemenea, în ascetica ortodoxă, paza minții include apelarea la ajutorul lui Dumnezeu de câte ori se ivește atacul fantasmelor pornografice care irump din zona subconștientului. Chemarea numelui Domnului („Doamne, Iisuse Hristoase, miluiește-mă!”), s-a constatat în psihoterapia ortodoxă, are cea mai mare putere în păzirea minții. Terapia trebuie să se desfășoare însă sub supravegherea unui iscusit duhovnic care nu numai că poate ierta păcatul prin taina mărturisirii, dar poate și călăuzi sau susține îndeaproape bolnavul pe calea vindecării.

Pornografia are un potențial extraordinar în a devia atenția, energiile și sensul omului în lume. Mișcarea pe care o impune este aceea de închidere patologică a individului în el însuși, o înșurubare în propriul ego obsedat egoist de obținerea plăcerii și hăituit de suferința tot mai mare pe care o experimentează cu timpul. Prin aceasta, mesajul pornografic desocializează și însingurează, încât vindecarea nu poate veni decât prin parcurgerea drumului invers de la eu către ceilalți, adică prin comunicare și dăruire până la lepădare de sine și jertfă. Cine cunoaște dragostea creștină, cine suferă pentru ceilalți și este milostiv, mult mai greu va fi prins în capcanele pornografiei și mult mai ușor se va vindeca.

După cum ciurma se răspândea cu rapiditate în marile cetăți, unde canalizările se realizau la suprafață și conta-

minau adesea apa potabilă, tot așa pornografia se răspândește cu prioritate acolo unde oamenii sunt bombardați permanent cu mesajul erotic – reclame stradale, ziare, reviste, televizor – unde slăbește comunicarea interpersonală, crește stresul, nemulțumirea, izolarea etc. Așadar, consumul de pornografie este și el un simptom al vieții bolnave pe care o trăiește omul modern.

Famiiliile care reușesc să se elibereze de hipnoza televiziunii și a internetului, de privarea senzorială presupusă de viața la bloc și cultivă întâlnirile cu prietenii au mai multe șanse să nu fie afectați de invazia pornografiei ce marchează lumea în care am ajuns să trăim. Toate cercetările privind terapia dependenței demonstrează, de altfel, că viața cât mai mult simplificată, asemănătoare celei trăite odinioară, ajută cel mai mult la eliberarea din robia dependenței și recuperarea de pe urma acesteia.

Acest capitol se adresează în special acelor care, dintr-un motiv sau altul au ajuns dependenți de pornografie, dar trebuie înțeles faptul că materialul de față nu și-a propus să epuizeze subiectul.

Dependența sexuală este una dintre cele mai grave boli cu care se confruntă omul contemporan. Afecțiunea aceasta, mai mult decât oricare alta, marchează omul atât la nivelul psihic neurologic cât și la cel fiziologic, încât trebuie tratată cu toată atenția înțelegând că aceasta ne pune în primejdie viața.

În mod evident însă, cel mai bine este să ne păzim cât putem mai mult ca să nu ne contaminăm cu acest virus, evitând astfel consecințele dezastruoase ale consumului de pornografie. Dacă toți am înțelege aceasta, lumea în care trăim ar putea deveni cu mult mai bună.

Dragostea este cu totul altceva decât sexul

Tot omul are ascunse în adâncul sufletului său dorința de a iubi și nevoia de a fi iubit. Numai dragostea ne poate face cu adevărat fericiți. Dar dragostea e cu totul altceva decât sexul. Poți iubi pe cineva până la a-ți da viața pentru el, fără ca relația sexuală să intre în ecuația acestei iubiri. Dragostea față de părinți sau față de copii, prietenia dusă până la jertfirea de sine, dragostea fidelă față de cineva care se află departe sunt doar câteva dintre multele fire ale iubirii care te pot lega de orice om din lumea aceasta. Tot așa pot exista relații sexuale fără ca acestea să aibă nimic comun cu sentimentul de dragoste, ci dimpotrivă.

Relațiile sexuale lipsite de dimensiunea afectivă nu au făcut fericit pe nimeni. În schimb, dragostea este cea mai importantă resursă de fericire din viața omului.

Luete separat, dragostea și sexul au foarte puține lucruri comune. Atât din punct de vedere neurologic și hormonal, cât și psihologic și emoțional avem de-a face cu două realități complet diferite. Desigur, nu același lucru se poate spune atunci când vorbim despre dragostea dintre bărbat și femeie în cadrul relațiilor maritale, când aceasta se împlinește și prin unirea trupească a celor doi. Dar nici nu știm dacă e corect să-i mai spunem acestuia „sex” în accepțiunea mediatică a termenului. Zicem aceasta fiindcă sexul definit mediatic sau consumerist îmbracă haina recreaționalului, a euforicului sau a sportului de performanță. Sexul liberalizat și distrofic combinat cu perversiunea a ajuns să se miște undeva în zona patologi-

ei și a horror-ului. Sexul acesta care este propus tinerilor ca antidepresiv sau drog extatic nu are absolut nimic comun cu dragostea, deși se grefează inițial pe dorința tânărului sau a omului de a iubi și pe instinctul de a procrea.

Sexul liberal și pervers funcționează sută la sută ca un drog. Odată ce ai gustat, dorești și mai mult, și mai mult, până când nu mai poți trăi fără el, până când constăți că ți-ai sărăcit capacitatea de a mai iubi, ți-ai ruinat sănătatea biologică și pe cea mentală. E o cale de pe care, odată pătruns, nu mai poți ieși fără traume profunde. Un joc cu propriii hormoni și neurotransmițători în care ne batem joc în primul rând de sistemul nervos, de întregul nostru trup și psihic.

Excitația indusă de sexul decuplat de relația afectivă devine o stare de fapt a consumatorului de pornografie sau a dependentului de sex. Este o excitație fără finalitate, care, dublată de obsesia fantasmelor porno, răpește liniștea mentală și sufletească, inducând irascibilitate și anxietate, depresie, probleme de memorie și de atenție. Liniștea postorgasmică devine încet, încet, o fata morgana pe fondul unei tristeți de fond care înnegurează viața individului.

La celălalt pol, se află tinerii care în miezul tainei vieții conjugale se unesc trupește, după cum și sufletește se iubesc și se respectă ca persoane. Pentru aceștia, actul sexual nu este un divertisment și nici nu se așteaptă ca acesta să le aducă marea fericire. Nu în orgasm a stat vreodată în istorie rezolvarea problemelor umanității și nici fericirea oamenilor, după cum se insinuează de la revoluția sexuală a anilor '70 până astăzi. Pur și simplu, dragostea în sine, prezența celuilalt sau gândul la el e suficient pentru ca neuromecanismele stării de bine, a euforiei și a bucuriei de a trăi să fie puse în mișcare. Acest lucru este

demonstrat astăzi de neuropsihologia modernă. Numai faptul că oxitocina – hormonul atașamentului, se eliberează în organism doar că te gândești la persoana iubită, spune extrem de mult privind sensul dragostei și puterea ei. De bună seamă, taina minții și a sufletului uman este ineputabilă, însă măcar la acest nivel, la care știința a reușit să pătrundă, putem constata că binele și liniștea, fericirea și pacea sufletească nu se pot obține altfel decât pe calea iubirii.

Din păcate, astăzi, sub domnia banului și a consumismului, în epoca publicității, a mass-mediei și a tehnicilor de control al populației, o înțelegere sănătoasă a tainei iubirii împlinite bunăoară în cadrul relațiilor maritale este greu de dobândit. În acest context, este esențial efortul fiecăruia dintre noi de a cunoaște adevărul. Altfel ne vom mișca asemenea unor animale mânate de instincte sau a unor roboți umani programați să funcționeze după un soft străin de ființa umană care ne conduce la autodistrugere. Finalul este dezastruos. Cele câteva cazuri prezentate pe parcursul acestei cărți sunt relevante. Pornografia conduce la distrugerea completă a individului și la disoluția civilizației umane. Și pentru că nu am ajuns încă până la punctul în care să ne forțeze cineva să mergem pe calea aceasta – deși Huxley zice că acolo se va tinde –, să alegem cât mai putem dragostea, viața de familie și credința în Dumnezeu, singurele prin care ne putem dobândi fericirea.

Bibliografie

- „A Role For Prolactin In Breast Cancer și Prolactin blocks oncogene associated with poor prognosis in breast cancer”, în *ScienceDaily* din 4 feb. 2010, Thomas Jefferson University.
- Agren, G. & Lundeberg, T. (2002). Social stress blocks energy conservation in rats exposed to an oxytocin-injected cage mate, *Neuroreport* 13(11):1415-9.
- Allen, M.; D'Allessio, D. & Brezgel, K., „A meta-analysis summarizing the effects of pornography II: Aggression after exposure”, *Human Communication Research*, No. 22, 1995. Lamuth, N. și Donnerstein, E., *Sex and violence a ripple effect*, Academic Press, San Diego, 1984.
- Allen, M.; Emmers, T. M.; Gebhardt, L. & Giery, M., „Pornography and rape myth acceptance”, *Journal of Communication*, No. 45, 1995. ak, A.
- American Academy of Matrimonial Lawyers, *Making marriage last*, 2005, document disponibil la adresa http://www.aaml.org/Marriage_Last/MarriageMain.htm, 3 iunie 2005.
- Anna Rose; et. al., „Prelude to Passion: Limbic Activation by „Unseen” Drug and Sexual Cues”, *PLoS ONE*, No. 3(1), 2008.
- Atwood Joan D., „Mommy's Little Angel, Daddy's Little Girl: Do You Know What Your Pre-Teens Are Doing?”, *The American Journal of Family Therapy* 34 (2006): 447-67.
- Australian Institute of Health and Welfare Canberra, *Cervical screening in Australia*.
- Bandini E., Severe depressive symptoms and cardiovascular risk in subjects with erectile dysfunction, *J Sex Med*. 2010 Oct;7(10):3477-86.
- Bär, Karl-Jürgen și alții, „Changes in the Effect of Spinal Prostaglandin E2 during Inflammation: Prostaglandin E (EP1-EP4) Receptors in Spinal Nociceptive Processing of Input from the Normal or Inflamed Knee Joint”, *The Journal of Neuroscience*, No. 24 (3), 2004.
- Barbara A. Steffens and Robyn L. Rennie, „The Traumatic Nature of Disclosure for Wives of Sexual Addicts”, *Sexual Addiction & Compulsivity* 13 (2006): 247-67.

- Battersby, S.; Sales, K.J.; Williams, A.R.; Anderson, R.A.; Gardner, S. și Jabbour, H.N., „Seminal plasma and prostaglandin E2 up-regulate fibroblast growth factor 2 expression in endometrial adenocarcinoma cells via E-series prostanoid-2 receptor-mediated transactivation of the epidermal growth factor receptor and extracellular signal-regulated kinase pathway S”, *Human Reproduction*, No. 1, vol. 22, 2007.
- BBC News. „Kids Top Searches Include ‘Porn.’” 12 August 2009. Web. 3 Dec. 2009. <<http://news.bbc.co.uk/2/hi/technology/8197143.stm>>.
- Bergner, R. M., & Bridges, A. J. (2002). The Significance of heavy pornography involvement for romantic partners: Research and clinical implications. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 28, 193–206.
- Berthiller, J.; Vaccarella, S.; Winn, D.; Smith, E., „Sexual behaviours and the risk of head and neck cancers: a pooled analysis”, International Head and Neck Cancer Epidemiology (INHANCE) consortium, *International Journal of Epidemiology*, 2009.
- Billings LB, Oxytocin and addiction: a review, *Psychoneuroendocrinology* noiembrie 1998; 23 (8) :945-62.
- Black, D., Dillon, D., & Carnes, S. (2003). Disclosure to children: Hearing the child's experience. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 10, 67–78.
- Boies, S.C., „University Students' Uses of and Reactions to Online Sexual Information and Entertainment”
- Bonino, S.; Ciairano, S.; Rabaglietti, E. și Cattellino, E., „Use of Pornography and Self-Reported Engagement in Sexual Violence Among Adolescents”, *European Journal of Developmental Psychology*, No. 3, 2006.
- Bourke, M. & Hernandez, A., „The Butner study redux: A report of the incidence of hands-on child victimization by child pornography offenders”, *Journal of Family Violence*, No. 24, 2009.
- Brian Dew, Michael Brubaker, and Danica Hays, „From the Altar to the Internet: Married Men and Their Online Sexual Behavior”, *Sexual Addiction & Compulsivity* 13 (2006): 195-207.
- Bridges Ana J., Raymond M. Bergner, and Matthew Hesson-McInnis, „Romantic Partners' Use of Pornography: Its Significance for Women,” *Journal of Sex & Marital Therapy* 29, 2003.

- Bridges J., Bergner, R. M., & Hesson-McInnis, M. (2003). Romantic partner's use of pornography: Its significance for women. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 29, 1–14.
- Bridges, A. J., Bergner, R. M., & Hesson-McInnis, M. (2003). Romantic partner's use of pornography: Its significance for women. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 29, 1–14.
- Brody S. RM Costa, Vaginal orgasm is associated with less use of immature psychological defense mechanisms, *Sex J Med.* mai 2008; 5 alineatul (5) :1167-76. Epub 2008 04 martie.
- Brody Stuart și Tillmann HC Krügerb The post-orgasmic prolactin increase following intercourse is greater than following masturbation and suggests greater satiety, *Biological Psychology*, Vol. 71, Issue 3, March 2006, p. 312-315.
- Brody Stuart, Alexithymia Is Inversely Associated With Women's Frequency of Vaginal Intercourse, *Archives of Sexual Behavior*, Vol. 32, No. 1, February 2003, pp. 73–77 (C 2003).
- Brody Stuart, Penile – vaginal intercourse is better: evidence trumps ideology, *Sexual and Relationship Therapy*, Vol. 21, No. 4, Nov. 2006.
- Brody Stuart, Vaginal orgasm is associated with better psychological function, *Sexual and Relationship Therapy*, Volume 22, Issue 2 May 2007, p. 173 – 191.
- Burgess, A., „The Effects of Pornography on Women and Children Including an Analysis of Sexual Homicide Crime Data.” Testimony before the Subcommittee on Juvenile Justice, Committee on the Judiciary, U.S. Senate. Wash. D.C., 1984.
- Burke, W.J. et. al., “Neurotoxicity of MAO Metabolites of Catecholamine Role in Neurodegenerative Diseases”, *Original Research Article NeuroToxicology*, No. 1-2, vol. 25, 2004.
- Burke, W.J. et. al., „Aggregation of alpha-synuclein by DOPAL, the monoamine oxidase metabolite of dopamine *Acta Neuropathology*, No. 115(2), februarie 2008.
- Cal Tech, Parent that takes care of offspring tends to outlive the other parent, study shows, (1998) Retrieved November 4, 2004 from Cal Tech press release Web site.

- Caltech Parent that takes care of offspring tends to outlive the other parent, study shows.(1998) Retrieved November 4, 2004 from Cal Tech press release Web site
- Camacho, A. și Massieu, L., „Role of glutamate transporters in the clearance and release of glutamate during ischemia and its relation to neuronal death”, *Archives of Medical Research*, No. 37(1), 2006.PMID 16314180. Document accesat la data de 31 ianuarie 2007.
- Cameron, Kenzie A. et. al., „Adolescents' Experience with Sex on the Web: Results from Online Focus Groups”, *Journal of Adolescence*, No. 28, 2005.
- Cantor, J., Mares, M.L. și Hyde, J.S., „Autobiographical memories of exposure to sexual media content”, *Media Psychology*, No. 5, 2003.
- Carlsen, E.; Petersen, J.H.; Andersson, A.M.; Skakkebaek, N.E., „Effects of ejaculatory frequency and season on variations in semen quality”, *Fertil Steril.*, No. 82(2), august 2004.
- Carnes, P. *Don't Call It Love: Recovery From Sexual Addictions*, New York: Bantam Books, 1991.
- Carnes, P., *Contrary to love: Helping the sexual addict*, Minneapolis, MN: CompCare, 1989.
- Cassoni P, et al., Evidence of oxytocin/oxytocin receptor interplay in human prostate gland and carcinomas, *Int J Oncol.* 2004 ct;25(4):899-904.
- Cassoni P. et al., Oxytocin and Oxytocin Receptors in Cancer Cells and Proliferation, *Journal of Neuroendocrinology*, Volume 16, Issue 4, pages 362–364, April 2004.
- Childress, Anna Rose et. al., „Prelude to Passion: Limbic Activation by „Unseen” Drug and Sexual Cues”, *PLoS ONE*, No. 3(1), 2008.
- Cline V.B., *Compulsive Sexual Behavior and Sex Addiction: Too much of a good thing?* National Coalition for the Protection of Children & Families, Cincinnati, Ohio, SUA, 1999.
- Cline, V.B., *Pornography's Effects on Adults and Children*, Morality In Media, New York, 2001.
- Colin Hesse, Affection mediates the impact of alexithymia on relationships, *Personality and Individual Differences*, Volume 50, Issue 4, April 2011, Pages 451-456.

- Collins, Rebecca L. et. al., „Watching Sex on Television Predicts Adolescent Initiation of Sexual Behavior”, versiune electronică, *Pediatrics*, No. 114, 2004.
- Contoreggi C., et al. (2003). Treatment-seeking inpatient cocaine abusers show hypothalamic dysregulation of both basal prolactin and cortisol secretion, *Neuroendocrinologie* 78:154-162 .
- Cooper Al., Eric Griffin-Shelley, David L. Delmonico, and Robin M. Mathy, „Online Sexual Problems: Assessment and Predictive Variables”, *Sexual Addiction & Compulsivity* 8 (2001).
- Cooper, A., N. et. al., „Sex on the Internet: Furthering Our Understanding of Men with Online Sexual Problems,” *Psychology of Addictive Behavior* 18 (2004): 223-30.
- Corley M. Deborah and Jennifer Schneider, „Sex Addiction Disclosure to Children: The Parents’ Perspective”, *Sexual Addiction & Compulsivity* 10 (2003): 291-324.
- Corona G. et al. Psychobiological correlates of women’s sexual interest as perceived by patients with erectile dysfunction, *J Sex Med.* 2010 Jun;7(6):2174-83.
- Corona, G. Autoeroticism, mental health, and organic disturbances in patients with erectile dysfunction, *J Sex Med.*, 2010 Jan;7(1 Pt 1):182-91.
- Costa RM , S Brody, Women’s relationship quality is associated with specifically penile-vaginal intercourse orgasm and frequency, *J Sex marital*, Nu. 2007 Iul-Sep; 33 (4) :319-27.
- Courtney E. Detillion, Social facilitation of wound healing, *Psychoneuroendocrinology* Volumul 29, Nr 8 , septembrie 2004, Pagini 1004-1011; Gouin JP., Comportament marital, oxitocina, vasopresină, și vindecarea rănilor, *Psychoneuroendocrinology*, august 2010; 35 (7) :1082-90. Epub. 2010 februarie 09.
- Cowan Gloria, Carole Lee, Daniella Levy, and Debra Snyder, „Dominance and Inequality in X-Rated Videocassettes”, *Psychology of Women Quarterly* 12 (1988): 299-311.
- Cowan, Lee, Levy, and Snyder, „Dominance and Inequality in X-Rated Videocassettes”
- Cupole G., et al., Oxytocin improves „mind-reading” in humans, *Biol Psihiatrie*. 15 martie 2007; 61 (6) :731-3. Epub 2006 29 noiembrie.

- Dagvadorj, A. et. al., „Autocrine prolactin promotes prostate cancer cell growth via Janus kinase-2-signal transducer and activator of transcription-5a/b signaling pathway”, *Endocrinology*, No. 148(7), iulie 2007., 5 aprilie 2007.
- Daling, J., Weiss, N.; Hislop, T.; Maden, C.; Coates, R.; Sherman, K.; Ashley, R.; Beagrie, M., „Sexual Practices, Sexually Transmitted Diseases and the Incidence of Anal Cancer”, *N. Engl. J. Med*, No. 317, 15 octombrie 1987.
- Dalley, J.W. et. al., „Neurobehavioral mechanisms of impulsivity: Fronto-striatal systems and funcțional neurochemistry”, *Pharmacology, Biochemistry and Behavior*, 2 nov. 2008. Daluga, Nicole, „A Content Analysis of Sexual Risk and Protective Behaviors and Messages in Sexually Explicit Web Pages Viewed by a National Probability Sample of U.S. Adolescents”, Atlanta, Georgia: Rollins School of Public Health of Emory University, 2002.
- Daneback Kristian, Al Cooper, and Sven-Axel Mansson, „An Internet Study of Cybersex Participants,”, *Archives of Sexual Behavior* 34 (2005): 321-28.
- Deborah E.S. Frable, Anne E Johnson, and Hildy Kellman, „Seeing Masculine Men, Sexy Women, and Gender Differences: Exposure to Pornography and Cognitive Constructions of Gender”, *Journal of Personality* 65 (1997): 311-355.
- Dedmon, J. (Nov. 2002). Is the Internet bad for your marriage? Online affairs, pornographic sites playing greater role in divorces. Press Release from The Dilenschneider Group, Inc.
- Dennis, L. și Dawson, D., „Meta-analysis of measures of sexual activity and prostate cancer”, *Epidemiology*, No. 13(1), ianuarie 2002.es, R.;
- Dimitropoulou, P. et. al., „Sexual activity and prostate cancer risk in men diagnosed at a younger age”, *BJUI International*, 2008.
- Doidge N., *The Brain that Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science* (New York: Viking, 2007).
- Dominguez, Juan M.; Gil, Mario și Hull, Elaine M., „Preoptic Glutamate Facilitates Male Sexual Behavior”, *The Journal of Neuroscience*, No. 26(6), 8 februarie 2006.
- Donald W. Black, Laura L.D. Kehrberg, Denise L. Flumerfelt, and Steven S. Schlosser, „Characteristics of 36 Subjects Reporting

Compulsive Sexual Behavior", *American Journal of Psychiatry* 154 (1997): 243-49 (247).

Doran K., „Industry Size, Measurements, and Social Costs”, în *Costurile sociale ale pornografiei: o culegere de lucrări* (Princeton, N.J.: Witherspoon Institute, 2010).

Doran K. și J. Price, „Movies and Marriage: Do Some Films Harm Marital Happiness?”, studiu în desfășurare, 2009.

Drake, R. E., „Potential health hazards of pornography consumption as viewed by psychiatric nurses”, *Archives of Psychiatric Nursing*, No. 8(2), 1994; Zillman, D. & Bryant, J., „Pornography, sexual callousness, and the trivialization of rape”, *Journal of Communication*, No. 32(4), 1982;

Eberhardt M., A. M. Layden, *The Social Costs of Pornography A Statement of Findings*.

Evans, D. R., „Masturbatory Fantasy & Sexual Deviation”, *Behavioral Research & Therapy*, vol. 6, 1968, ; și: Jackson, B.T., „A Case of Voyeurism Treated by Counter Conditioning.”, *Behavior Research & Therapy*, vol. 7, 1969.

Family Safe Media Statistics. Qtd. at *Alabama Policy Institute*. „Internet Pornography: Facts and Figures.” Web. 3 Dec. 2009. < <http://www.alabamapolicyinstitute.org/issues/gti/issue.php?issueID=311&guideMainID=21>>.

Feilitzen, C. Von și Carlsson, U., *Children in the New Media Landscape: Games, Pornography, Perceptions*, Goteburg: UNESCO/Nordicom, 2000.

Feldman R., variațiile naturale în îngrijirea mamei și a paternă sunt asociate cu modificări sistematice în oxitocina urma unui contact parinte-copil, *Psychoneuroendocrinology*, sept. 2010; 35 (8) :1133-41. Epub 2010 februarie 12.

Fernández-Guasti, A.; Rodríguez-Manzo, G.; Scand, J., „Pharmacological and physiological aspects of sexual exhaustion in male rats”, *Psychology*, No. 44 (3), iulie 2003. Foster, R.S.; Mulcahy, J.J.; Callaghan, J.T.; Crabtree, R.; Brashear, D., „Role of serum prolactin determination in evaluation of impotent patient”, *Urology*, No. 36(6), decembrie 1990.

Fincher, Jack, *The Brain: Mystery of Matter and Mind*, Torstar Books, New York, 1984.

- Fiorino D. F., Dynamic Changes in Nucleus Accumbens Dopamine Efflux During the Coolidge Effect in Male Rats, Volume 17, Numărul 12, *Eliberarea din 15 iunie 1997* pp. 4849 – 4855.
- Fisher, W.A.; Belfry, S. & Lashambe, D. R., „Sex, guys, and cyberspace: Effects of internet pornography and individual differences on men's attitudes toward women”, *Journal of Psychological and Human Sexuality*, No. 11, 1999.
- Flood, M., & Hamilton, C. (2003). Youth and pornography in Australia: Evidence on the extent of exposure and likely effects. The Australia Institute, Discussion Paper Nr 52.
- Fraczek, Monik și Kurpisz, Maciej, „Inflammatory mediators exert toxic effects of oxidative stress on human spermatozoa”, *Journal of Andrology*, No. 2, vol. 28, martie/aprilie 2007.
- Freeman-Longo, R. E., „Children, teens, and sex on the Internet”, *Sexual Addiction & Compulsivity*, No. 7, 2000.
- Fröhlich P , C Meston , Sexual functioning and self-reported depressive symptoms among college women, *J Res Sex.* nov. 2002; 39 (4) :321-5.
- Fröhlich P, C Meston, Sexual functioning and self-reported depressive symptoms among college women, *J Sex Res.* 2002 Nov;39(4):321-5.
- Gaines S. „Why Sex Still Leads the Net,” 28 Feb. 2002. *The Guardian*. <[Guardian.co.uk](http://www.guardian.co.uk/technology/2002/feb/28/onlinesupplement.newmedia)>. Web. 4 Dec. 2009. <<http://www.guardian.co.uk/technology/2002/feb/28/onlinesupplement.newmedia>>.
- Gina M.; DiClemente, Ralph J.; Harrington, Kathy; Davies, Suzy; Hook, Edward W. și M.Kim Oh, „Exposure to X-rated Movies and Adolescents' Sexual and Contraceptive-related Attitudes and Behaviors”, *Pediatrics*, No. 107, 2001.
- Glasper, ER & DeVries, AC 2005. structura socială influențează efectele de locuințe perechi pe vindecarea rănilor. *Brain Behavior și Imunitate*, 19:61-68.
- Goldberg, A., *Monthly users report on adult sexually oriented sites for April 1998*, Washington, D.C.: Relevant Knowledge, 1998.
- Goldmeier David, CASE REPORT: Postorgasm Illness Syndrome – A Spectrum of Illnesses, *The Journal of Sexual Medicine*, Volume 7, Issue 5, pages 1976–1981, May 2010.

- Goleman, Daniel și Davidson, Richard, *Consciousness: Brain, States of Awareness, and Mysticism*, New York, Harper and Row, 1979.
- Goodenough, P., „Online Porn Driving Sexually Aggressive Children”, *CNSNews.com* din 26 noiembrie, 2003.
- Gordon I., Oxytocin and cortisol in romantically unattached young adults: associations with bonding and psychological distress. *Psihofiziologie* mai 2008; 45 alineatul (3) :349-52. Epub 2008 februarie 04.
- Green, Keith și Kim, Keun, „Interaction of adrenergic antagonists with prostaglandin E2 and tetrahydrocannabinol in the eye”, *Ophthalmol. Vis. Sci. Engstrom and Dunham*, No. 22 (6).
- Greenfield, Patricia M., „Inadvertent Exposure to Pornography on the Internet: Implications for Peer-to-Peer File Sharing Networks for Child Development and Families”, *Applied Developmental Psychology*, No. 25, 2004.
- Griffiths, M., „Internet abuse in the workplace: Issues and concerns for employers and employment counselors”, *Journal of Employment Counseling*, No. 40, 2003.
- Häggström-Nordin, E.; Hanson, U. & Tydén, T., „Associations between pornography consumption and sexual practices among adolescents in Sweden”, *International Journal of STD & AIDS*, No. 16(2), 2005.
- Hall, Nicholas R.; Luttge, William G. și Berry, Richard B., „Intracerebral prostaglandin E2: Effects upon sexual behavior, open field activity and body temperature in ovariectomized female rats”, *Prostaglandins*, No. 5, vol. 10, noiembrie 1975.
- Hallfors See, Waller MW, Ford CA et al., Adolescent depression and suicide risk: association with sex and drug behaviors, *Am J Prev Med* . 27 :224–230.
- Hartsoe, P.; Mayer, A. și Shortz, J., „Deviant Sexual Behavior in Children and Young Adolescents: Frequency and Patterns”, *Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment*, No. 10 (4), 1998.
- Harvey, Philip W.; Everett, David J.; Springall, Christopher J., „Adverse effects of prolactin in rodents and humans: breast and prostate cancer”, *Journal of Psychopharmacology*, No. 24 (9), UK, septembrie 2010.

- Heaton Jeremy. Prolactin: An integral player in hormonal politics, *Contemporan Urologie*, iunie 2003; 15:17-25.
- Heinrichs M., et al. Social support and oxytocin interact to suppress cortisol and subjective responses to psychosocial stress, *Biol Psychiatry*. 15 decembrie 2003; 54 (12) :1389-98.
- Henry J. Kaiser Family Foundation Report (2002), disponibil la adresa: <http://www.kff.org/entmedia/loader.cfm?url=/commonspot/security/getfile.cfm&PageID=14095>, accesa în 19 octombrie 2009.
- Henry J. Kaiser Family Foundation Report. (2002). Retrieved May 24, 2005,
- Holstege G. et al., Brain Activation during Human Male Ejaculation, *Journal of Neuroscience*, 08 octombrie 2003, 23 (27)::9185-9193.
- <http://internet-filterreview.toptenreviews.com/internet-pornography-statistics.html>
- <http://investor.nastech.com/phoenix.zhtml?c=83674&p=irol-newsArticle&ID=714964&highlight=>
- <http://lin-institute.com/>
- http://www.drjudithreisman.com/archives/2010/08/sodomy_decision.html
- <http://www.drlin.net/>
- <http://www.medicalnewstoday.com/articles/48722.php>
- <http://www.popsci.com/scitech/article/2008-02/compassion-cure?page=>
- <http://www.sailhome.org/Concerns/Excitotoxins.html>
- <http://www.sexaddicthelp.com/Articles/index.htm>
- <http://www.womhealth.org.au/studentfactsheets/cervicalcancer.htm>
- Huang JY WJ, Yeh, SF Kan, et al. Effects of hyperprolactinemia on testosterone production in rat Leydig cells, *J Cell Biochem*. 2001; 80 (3) :313-320.
- Huber D., Vasopressin and oxytocin excite distinct neuronal populations in the central amygdala, *Science*. 2005 Apr;308(5719):245-8
- Hull, Elaine M.; Dominguez, Juan M., „Getting his act together: Roles of glutamate, nitric oxide, and dopamine in the medial preoptic area”, *Brain Research*, No. 1126, 2006.

- Humphreys T.P. et al. Alexithymia and satisfaction in intimate relationships, *Personality and Individual Differences*, Volume 46, Issue 1, January 2009, Pages 43-47.
- International Guidelines on Sexuality Education*, UNESCO, 2009.
- Işeri S., et al. Oxitocina protejează împotriva daunelor induse de sepsis-multiple de organ: rolul de neutrofile, *J Res Surg*. 01 iunie 2005; 126 (1) :73-81.
- Itzin (Ed.), *Pornography: Women, violence and civil liberties*. (-310). New York, NY: Oxford University Press.
- J. V. P. & Guloien, T. H., „The effects of repeated exposure to sexually violent pornography, nonviolent dehumanizing pornography, and erotica”, în Zillmann, D. & Bryan, J. *Pornography: Recent research, interpretations, and policy considerations*, Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1989.
- Jane D. și Newcomer, S., „Television Viewing and Adolescents' Sexual Behavior”, *Journal of Homosexuality*, 1991, pp.21:77-91;
- Jenness, Valerie; McCleary, Richard și Meeker, James W., „Crime-Related Secondary Effects of Sexually-Oriented Businesses Report to the County Attorney Palm Beach County, Florida” (Rezumat, 15 august 2007), disponibil la adresa: http://communitydefense.org/cdcdocs/landuse/pdf/florida_palmbeach_2007.pdf.
- Jiang M., Xin J , Q Zou , JW Shen, A research on the relationship between ejaculation and serum testosterone level in men, *J Univ Sci Zhejiang*. 2003 Mar-aprilie; 4 (2) :236-40.
- Jiang M., Periodic changes in serum testosterone levels after ejaculation in men, Sheng Li Xue Bao. 2002 Dec 25;54(6):535-8.
- Jiang, M.; Xin, J.; Zou, Q.; Shen, J.W., „A research on the relationship between ejaculation and serum testosterone level in men”, *J. Zhejiang University of Science*, No. 4(2), martie/aprilie 2003.
- Jiang, M.; Xin, J.; Zou, Q.; Shen, J.W., „A research on the relationship between ejaculation and serum testosterone level in men”, *J. Zhejiang University of Science*, No. 4(2), martie/aprilie 2003, pp. 236-40.
- Jill M. Cyranowski et al., Lifetime Depression History and Sexual Function in Women at Midlife, *Archives of Sexual Behavior*, Vol. 33, Nr 6, 539-548, DOI: 10.1023/B.

- Johansson Thomas and Nils Hammaren, „Hegemonic Masculinity and Pornography: Young People's Attitudes Toward and Relations to Pornography”, *The Journal of Men's Studies* 15 (2007): 57-70.
- Johansson, Thomas și Hammarén, Nils, „Hegemonic Masculinity and Porn: Young People's Attitudes Toward and Relations to Pornography”, *The Journal of Men's Studies*, No. 15, 2007.
- Karen M., Effects of Partner Support on Resting Oxytocin, Cortisol, Norepinephrine, and Blood Pressure Before and After Warm Partner Contact, *Psychosomatic Medicine*, (2005) 67:531-538
- Kiecolt-Glaser J.K., et al., (2001), Marital Stress: Immunological, Endocrinological, and Health Consequences, Retrieved November 4 2004, from Ohio State University Web site.
- King, S., „The impact of compulsive sexual behaviors on clergy marriages: Perspectives and concerns of the pastor's wife”, *Sexual Addiction & Compulsivity*, No. 10, 2003; Leiblum, S. & Döring, N., „Internet sexuality: Known risks and fresh chances for women”, în Cooper, A., „Sexuality and the Internet: Surfing into the new millennium”, *CyberPsychology & Behavior*, No. 1(2), 1998.
- Koloe, H., L.L.; Westfalle, T.C.; Anwarf, M.; Glicksteinf, S.B. și Ruggiero, D.A., „Catecholamine monoamine oxidase a metabolite in adrenergic neurons is cytotoxic in vivo”, *Brain Research*, No. 1-2, vol. 891, 9 februarie 2001.
- Kosfeld M. et al. 2005. Creșterea Oxytocin increases trust in humans, *Natur* 435:673-676.
- Kovacs GL, et al. (1998) Oxytocin and addiction: a review. *Psychoneuroendocrinology* 23:945-962.
- Kruger TH., et al. (2003). Specificity of the neuroendocrine response to orgasm during sexual arousal in men, *Bulletin et Memoires de l'Academie Royale de Medecine de Belgique* 157(7-9):383-90.
- Langstrom, N. & Seto, M. (2006). „Exhibitionistic and voyeuristic behavior in a Swedish national population survey”, *Archives of Sexual Behavior*, 35, 427-435.
- Langstrom, N. & Zucker, K.. „Transvestic fetishism in the general population: Prevalence and correlates”, *Journal of Sex and Marital Therapy*, 2005, 31, 87-95.

- Lee P.R., et al., Social interaction deficits caused by chronic phencyclidine administration are reversed by oxytocin, *Neuropsychopharmacology*. 2005 Oct;30(10):1883-94.
- Legros Jean-Jacques, Oxytocin mediates the antidepressant effects of mating behavior in male mice, *Neuroscience Research*, Volume 68, Issue 2, October 2010, Pages 151-153. Uvnas-Moberg K, M Petersson, Oxytocin, a mediator of anti-stress, well-being, social interaction, growth and healing, *Psychosom Z Psychother Med*. 2005; 51 (1) :57-80.
- Levin, D. și Kilbourne, J., *So Sexy So Soon: The New Sexualized Childhood and What Parents Can Do to Protect their Kids*, New York: Ballantine Books, 2008.
- Longo, R. E.; Brown, S. M. & Price Orcutt, D., „Effects of Internet sexuality on children and adolescents”, în A. Cooper (Ed.), *Sex and the Internet: A guidebook for clinicians*, New York: Brunner-Routledge, 2002.
- Lowenstein, L.F., „Causes and associated features of divorce as seen by recent research”, *Journal of Divorce & Remarriage*, No. 42(3/4), 2005.
- M. & Oros, C., „Sexual experiences survey: A research instrument investigating sexual aggression and victimization”, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, No. 50, 1982.
- Macarthur, Heathe; Koloe, Lacy L.; Westfalle, Thomas C.; Anwarf, Muhammad; Glicksteinf, Sara B. și Ruggierof, David A., „Catecholamine monoamine oxidase a metabolite in adrenergic neurons is cytotoxic in vivo”, *Brain Research*, No. 1-2, vol. 891, 9 februarie 2001.
- Malamuth, N. și Donnerstein, E., *Sex and violence a ripple effect*, Academic Press, San Diego, 1984.
- Manning Jill C., *Hearing on pornography's impact on marriage & the family*, Subcommittee on the constitution, civil rights and property rights Committee on judiciary United states senate, Submission for the Record: The Impact of Internet Pornography on Marriage and the Family: A Review of the Research, Washington, D.C., 2005.
- Manning, J.C., *A qualitative study of the supports women find most beneficial when dealing with a spouses sexually addictive or compulsive sexual behavior*, 2005, disertație doctorală în curs de publicare.

- Manning, Jill C. Hearing on pornography's impact on marriage & the family Subcommittee on the constitution, civil rights and property rights Committee on judiciary United states senate, Submission for the Record: The Impact of Internet Pornography on Marriage and the Family: A Review of the Research, Washington, D.C., 2005.
- Marchitti, Satori A.; Deitrich, Richard A. și Vasiliou, Vasilis, „Neurotoxicity and Metabolism of the Catecholamine-Derived 3,4-Dihydroxyphenylacetaldehyde and 3,4-Dihydroxyphenylglycolaldehyde: The Role of Aldehyde Dehydrogenase”, *Pharmacological Reviews*, No. 2, vol. 59, iunie 2007.
- Marquis, J.N., „Orgasmic Reconditioning: Changing Sexual Object Choice Through Controlling Masturbation Fantasies”, *J. Behav. Ther. & Ex Psychiat.*, vol. 1, 1970.
- Marshall, W. L., „The use of sexually explicit stimuli by rapists, child molesters and non-offenders”, *Journal of Sex Research*, No. 25 (2), 1988.
- Mary Anne Layden, Ph.D. (Center for Cognitive Therapy, Department of Psychiatry, University of Pennsylvania), Testimony for U.S. Senate Committee on Commerce, Science and Transportation, November 18, 2004.
- Mattammal, M.B.; Haring, J.H.; Chung, H.D.; Raghu, G.; Strong, R., „An endogenous dopaminergic neurotoxin: implication for Parkinson's disease”, *Neurodegeneration*, No. 4(3), septembrie 1995. eurotoxic catecholamine metabolite in nociceptors contributes to painful peripheral neuropathy”, *European Journal of Neuroscience*, No. 6, vol. 28, sept. 2008.
- Mattie Topuri, Individual differences in emotional expressivity predict oxytocin responses to cortisol administration: Relevance to breast cancer?, *Biological Psychology*, Volume 75, Issue 2, May 2007, Pages 119-123.
- McGuire, R.J., et al., „Sexual Deviations as Conditioned Behavior: A Hypothesis”, *Behavior Research Therapy*, vol. 2, 1965, .
- Media Awareness. (2000). *Canada's children in a wired world: The parent's view*. A survey of Internet use in Canadian families, *Media Awareness*, 20(2), 17–18. In S. Livingstone (2003), *Children's*

use of the Internet: Reflections on the emerging research agenda. *New Media & Society*, 5(2), 147–166.

- Michele L. Y. and K. J. Mitchell, „Exposure to Internet Pornography among Children and Adolescents: A National Survey”, *Cyber-Psychology & Behavior* 8 (2005): 473-86 (479).
- Mirchandani, D., „Reducing Internet abuse in the workplace”, *SAM Advanced Management Journal*, No. 68(1), 2003, 55.
- Mitchell K. J., D. Finkelhor și J. Wolak, „The Exposure of Youth to Unwanted Sexual Material on the Internet: A National Survey of Risk, Impact, and Prevention”, *Youth & Society* 34, no. 3 (2003): 330–58; K. J. Mitchell, D. Finkelhor și J. Wolak, „Victimization of Youths on the Internet”, în *The Victimization of Children: Emerging Issues* (Binghamton, N.Y.: Haworth Maltreatment & Trauma Press, 2003).
- Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Wolak, J. (2003). The exposure of youth to unwanted sexual material on the Internet: A national survey of risk, impact, and prevention. *Youth & Society*, 34(3), 330–358.
- Mitchell, K. J., Finkelhor, D., & Wolak, J. (2003). Victimization of youths on the Internet. In J. L. Mullings, J. W. Marquart, & D. J. Hartley (Eds.), *The victimization of children: Emerging issues*. Binghamton, NY: Haworth Maltreatment & Trauma Press.
- Monica Therese Whitty, „Pushing the Wrong Buttons: Men’s and Women’s Attitudes toward Online and Offline Infidelity”, *Cyber Psychology & Behavior* 6 (2003): 569-79.
- Moore, M., „Rapelay Virtual Rape Game Banned By Amazon”, *The Telegraph* din 13 februarie, 2009, document disponibil la adresa: <http://www.telegraph.co.uk/scienceandtechnology/technology/4611161/Rapelay-virtual-rapegame-banned-by-Amazon.html>; Edlund, M., „MUSIC: Hip-Hop’s Crossover to the Adult Aisle”, *The New York Times* din 7 martie, 2004.
- Morrison, T. G. et. al., „Exposure to Sexually Explicit Material and Variations in Body Esteem, Genital Attitudes, and Sexual Esteem Among a Sample of Canadian Men”, *The Journal of Men’s Studies*, No. 14, 2006.

- Mouras, H. S Stoleru, V. Moulier, *Activation of mirror neuron system by erotic video clips predicts degree of induced erection: an MRI study*, *NeuroImage* 42, nr. 3, 2008, -1150.
- MSNBC/Stanford/Duquesne Study, *Washington Times*, 1/26/2000
comScore Media Metrix National Council on Sexual Addiction Compulsivity, <http://www.sash.net/>
- Muller, M.; Sales, Kurt J.; Katz, Arie A. și Jabbour, Henry N., „Seminal Plasma Promotes the Expression of Tumorigenic and Angiogenic Genes in Cervical Adenocarcinoma Cells via the E-Series Prostanoid 4 Receptor”, *Endocrinology*, No. 7, Vol. 147.
- „National Survey of American Attitudes on Substance Abuse IX: Teen Dating Practices and Sexual Activity”
- „New Evidence Of Prolactin’s Possible Role In Breast Cancer Uncovered”, Thomas Jefferson University, 3 octombrie 2007. *Science-Daily*, University Of Pennsylvania Medical Center, 23 septembrie 1998.
- Newsweek* din 23 iulie 1990. amuth, Neil Dr. & Donnerstein, Edward Dr. (eds.), *Pornography and Sexual Aggression*. New York: Academic Press, 1984.
- Nicholas Zill, „Quality of Parent-Child Relationship, Religious Attendance, and Family Structure,” *Mapping America* 48 (2009). See also Mapping America charts of U.S. patterns of viewing x-rated movies (Maps # 37 to 39) and adultery (Maps # 73 to 75).
- Nielsen//NetRatings, April 2005. Retrieved directly from Nielsen//NetRatings May 25, 2005.
- Norris Jeanette, „Social Influence Effects on Responses to Sexually Explicit Material Containing Violence”, *The Journal of Sex Research* 28 (1991): 67-76.
- Nosko, Amanda; Wood, Eileen și Desmarais, Serge, „Unsolicited Online Sexual Material: What Affects Our Attitudes and Likelihood to Search for More?”, *The Canadian Journal of Human Sexuality*, No. 16, 2007.
- Olds, J., și Milner, P. (1954), *Jurnalul de Psihologie și fiziologice comparative*, 47, 419-427.
- Patrick F. Fagan, *The effects of pornography on individuals, marriage, family and community*, Family Research Council, Washington DC, 2001.

- Paul, „From Pornography to Porno to Porn: How Porn Became the Norm,” în *Social costs of Pornography: A Collection of Papers* (Princeton, N.J.: Witherspoon Institute, 2010).
- Pedersen CA, Boccia ML: Oxytocin maintains as well as initiates female sexual behavior: effects of a highly selective oxytocin antagonist.
- Peter D. et. al., „Cybersex: The Impact of a Contemporary Problem on the Practices of Marriage and Family Therapists”, *Journal of Marital and Family Therapy* 34 (2008): 469-80.
- Peter J.și M. Valkenburg, „Adolescents’ Exposure to a Sexualized Media Environment and their Notions of Women as Sex Objects”, *Sex Roles* 56 (februarie 2007): 381–95.
- Peter, J. și Valkenburg, P.M., „Adolescents’ Exposure to Sexually Explicit Internet Material, Sexual Uncertainty, and Attitudes Toward Uncommitted Sexual Exploration: Is There a Link?”, 2008.
- Polston E., and al. (2001). NMDA-mediated activation of the medial amygdala initiates a downstream neuroendocrine memory responsible for pseudopregnancy in the female rat. *Journal of Neuroscience* 21 (11) :4104-10.
- Pottern, L.; et. al., „Sexual behaviour, STDs and risks for prostate cancer”, *Br. J. Cancer*, No. 82(3), februarie 2000.
- „Preserving the Presence of the Past”, *American Psychologist*, februarie 1983.
- Putnam S., et al. Testosterone restoration of copulatory behavior correlates with medial preoptic dopamine release in castrated male rats, *Horm compor.* mai 2001; 39: 216-24.
- Putnam S., et al. Testosterone restoration of copulatory behavior correlates with medial preoptic dopamine release in castrated male rats, *Horm compor.* mai 2001; 39: 216-24.
- Rachman, S., „Experimentally Induced Sexual Fetishism”, *Psychological Record*, vol. 18, 1968.
- Raymond M. Bergner and Ana J. Bridges, „The Significance of Heavy Pornography Involvement for Romantic Partners: Research and Clinical Implications”, *Journal of Sex & Marital Therapy* 28 (2002): 193-206.

- Rector, R, Johnson, K; Noyes, L. Sexually Active Teenagers Are More Likely to Be Depressed and to Attempt Suicide, *Heritage Foundation*, 2003.
- Reisman, J. A., „The Psychopharmacology of Pictorial, Pornography Restructuring Brain”, *Mind & Memory*, 2003.
- Richard, G.T., „The Role of Sexual Addictions in the Sexual Exploitation of Patients by Male Psychiatrists”, *Am Journal of Preventive Psychiatry & Neurology*, primăvara 1991.
- Robinson D., Oxytocin mediates stress-induced analgesia in adult mice, *J Physiol*. 15 aprilie 2002; 540 (Pt 2) :593-606.
- Rogala, C. și Tydén, T., „Does Pornography Influence Young Women's Sexual Behavior?” *Women's Health Issues*, 13, No. 1, ianuarie 2003.
- Rogala, C. și Tydén, T., „Sexual Behavior Among Young Men in Sweden and the Impact of Pornography”, *International Journal of STD & AIDS* 15, No. 9, 2004.
- Rubinstein, E., „Television & Behavior”, *American Psychologist*, vol. 38, 1983, ; și: Eron L., *American Psychologist Association Monitor*, No. 4, vol. 23, mai 1992.
- Russell, Diana, *Rape & Marriage*, Beverly Hills, CA: Sage, 1982.
- Sales, K. J. et. al., „Cyclooxygenase-2 Expression and Prostaglandin E2 Synthesis Are Up-Regulated in Carcinomas of the Cervix: A Possible Autocrine/Paracrine Regulation of Neoplastic Cell Function via EP2/EP4 Receptors”, *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, No. 5, vol. 86.
- Sample, *The Guardian* (UK), „Sex Objects: Pictures Shift Men's View of Women”, 16 februarie, 2009, disponibil la <http://www.guardian.co.uk/science/2009/feb/16/sexobject-photograph>.
- „Sex and Aggression: Proving the Link”, *Psychology Today*, noiembrie 1978. „Rape Fantasies as a Function of Exposure to Violent-Sexual Stimuli”, *Archives of Sexual Behavior*, vol. 10, 1986.
- sell, D. E. H., *Dangerous relationships: Pornography, misogyny, and rape*, Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 1998.
- „Symposium on Media Violence and Pornography” Toronto, Canada: Media Action Group, 1984; și:

- Schneider Jennifer, *A Qualitative Study of Cybersex Participants: Gender Differences, Recovery Issues, and Implications for Therapists, Sexual Addiction & Compulsivity* 7 (2000).
- Schneider, J. (2000). Effects of cybersex addiction on the family: Results of a survey. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 7, 31–58.
- Schneider, J.P., „Rebuilding the marriage during recovery from compulsive sexual behavior”, *Family Relations*, No. 38, 1989.
- Scott Aylwin, et. al., „Sexual Fantasies of Adolescent Male Sex Offenders in Residential Treatment: A Descriptive Study,” *Archives of Sexual Behavior* 34 (2005): 231-39.
- Scott Richards and Allen E. Bergin, *Handbook of Psychotherapy and Religious Diversity*, American Psychological Association, Washington, DC, first Edit. 1995, fourth Edit. 2006.
- Sheilah Siegel, „Applying Social Comparison Theory to Women’s Body Image and Self-esteem: The Effects of Pornography” (Doctoral dissertation, Pacific Graduate School of Psychology, Palo Alto, CA, 1997).
- Siegel, S., *Applying social comparison theory to women’s body image and self-esteem: The effects of pornography*: Disertație susținută la Universitatea Pacific, Palo Alto, CA.
- Souza, G. et. al., „Case–Control Study of Human Papillomavirus and Oropharyngeal Cancer”, *N. Engl. J. Med*, No. 356, 2007.
- Springer, Sally și Deutsch, Georg, *Left Brain, Right Brain*, W.H. Freeman, San Francisco, 1981.
- Stack, Ira Wasserman, and Roger Kern, „Adult Social Bonds and Use of Internet Pornography”, *Social Science Quarterly* 85 (2004): 75-88.
- Stanton Zak,PJ, AA, Ahmadi, A. 2007. Oxytocin increases generosity in humans. *PLoS ONE* 2 (11): 1128.
- Struthers, W. M., *Wired for intimacy. How pornography hijacks the brain*, Inter Varsity Press, 2009.
- Study by Ynkelovich Partners Inc., Sept. 1999. Qtd. by *Proven Men Ministries, LTD*. <www.ProvenMen.org>. Web. 4 Dec. 2009. <http://www.provenmen.org/framework/index.php?page=need>.
- The Henry J. Kaiser Family Foundation Report, 2002.

The Pornography Industry Today", *The World & I*, Dec. 1992.

Testimony given to U.S. Attorney General's Commission on Pornography, Houston, Texas, septembrie 1985.

„Teenagers' Sexual Activity Is Tied to Drugs and Drink", *New York Times*, 20 august, 2004, A14.

Timothy E. et. al., „Fraternity Membership, the Display of Degrading Sexual Images of Women, and Rape Myth Acceptance", *Sex Roles* 53 (2005): 487-493 (490). Timothy E. Bleecker and Sarah K. Murnen, „Fraternity Membership, the Display of Degrading Sexual Images of Women, and Rape Myth Acceptance", *Sex Roles* 53 (2005): 487-493.

Tops M., Anxiety, cortisol, and attachment predict plasma oxytocin, *Psychophysiology* 2007 May; 44(3).

Travison, Thomas G.; Araujo, Andre B.; O'Donnell, Amy B.; Kupelian, Varant și McKinlay, John B., „A Population-Level Decline in Serum Testosterone Levels in American Men", *J. Clin. Endocrinol. Metab.*, No. 92, 2007. Ieman, D. și Davidson, R. (eds.), *Consciousness: Brain, States of Awareness, and Mysticism*.

<http://www.mappingamericaproject.org/publications>

Tydén, T. & Rogala, C., „Sexual behavior among young men in Sweden and the impact of pornography", *International Journal of STD & AIDS*, No. 15(9), 2004.

Uvnas-Moberg K, M Petersson, Oxytocin, a mediator of anti-stress, well-being, social interaction, growth and healing, *Psychosom Z Psychother Med*. 2005; 51 (1) :57-80.

Ven-hwei L. and R. Wei, „Exposure to Internet Pornography and Taiwanese Adolescents' Sexual Attitudes and Behavior", *Journal of Broadcasting & Electronic Media* 49 (2005): 221-37.

Von Feilitzen, C., & Carlsson, U. (2000). *Children in the new media landscape: Games, pornography, perceptions*. Goteburg: UNESCO/Nordicom.

Waldherr M.și I. D. Neumann, Centrally released oxytocin mediates mating-induced anxiolysis in male rats, *Proc Acad. Sci Natl SUA A*. 2007 octombrie 16; 104 (42) : 16681-16684.

Ward L. M. și K. Friedman, „Using TV as a Guide: Associations Between Television Viewing and Adolescents' Sexual Attitudes

and Behavior", *Journal of Research on Adolescents* 16, no. 1 (March 2006): 133-56.

Ward L. M., „Does Television Exposure Affect Emerging Adults' Attitudes and Assumptions About Sexual Relationships? Correlational and Experimental confirmation", *Journal of Youth and Adolescence* 31, no. 1 (2002).

Wasserman, I. și Kern, R., „Adult Social Bonds and Use of Internet Pornography", *Social Science Quarterly*, No. 85, 2004.

Weaver J. B., „The Effects of Pornography Addiction on Families and Communities" (Testimony presented before the Subcommittee on Science, Technology, and Space of the Senate Committee on Commerce, and Science, Washington, DC, Nov. 18, 2004).

Wendy M., M. Larry, *ThePornTrap The Essential Guide to Overcoming Problems Caused by Pornography*, HarperCollins e-books, 2008.

Wheeler, D. L., „The relationship between pornography usage and child molesting. Dissertation Abstracts International Section A", *Humanities and Social Sciences*, Vol 57(8-A), 1997.

Whitty, M. T. (2003). Pushing the wrong buttons: Men's and women's attitudes toward online and offline infidelity. *Cyber Psychology & Behavior*, 6(6), 569–579.

Wieckowski, E., Hartsoe, P., Mayer, A. și Shortz, J., „Deviant Sexual Behavior in Children and Young Adolescents: Frequency and Patterns", *Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment* 10, No. 4, 1998.

Wigley, K. și Clarke, B., *National Opinion Poll's Kids.net* (2000), disponibil la adresa: <http://www.nop.co.uk>, accesat în ianuarie 2003), în S. Livingstone, „Children's Use of the Internet: Reflections on the Emerging Research Agenda", *New Media & Society*, No. 5, 2003.

Wolak J., K. J. Mitchell, D. Finkelhor, „Online Victimization of Youth: Five Years Later", 006: 7, 10, disponibil la <http://www.unh.edu/ccrc/pdf/CV138.pdf>

www.unicef.org/.../BriefingKitForTeachers-STIs.doc

Ybarra, M.L. și Mitchell, K.J., „Exposure to Internet Pornography among Children and Adolescents: A National Survey", *Cyber-Psychology & Behavior*, No. 8, 2005.

- Yoder, Vincent Cyrus; Virden, Thomas B. III și Amin, Kiran, „Internet pornography and Loneliness: An Association?”, *Sexual Addiction & Compulsivity*, No. 12, 2005. Acesta a fost un studiu cuprinzând 400 de utilizatori individuali de pornografie pe Internet.
- Young L.J. and Z. Wang, The neurobiology of pair bonding, *Nat. Neurosci.* 7 (2004), pp. 1048–1054. Full Text via CrossRef | View Record in Scopus | Cited By in Scopus (228).
- Zillman Dolf, Indiana University, Paper prepared for the Surgeon General's Workshop on Pornography and Public Health, Arlington VA, 1986 http://profiles.nlm.nih.gov/NN/B/C/K/V/_/nnbckv.pdf
- Zillman, D. & Bryant, J., „Effects of massive exposure to pornography”, în Malamuth, N. M. & Donnerstein, E. (Eds.), *Pornography and Sexual Aggression*, 1984;
- Zillman, D. & Bryant, J., „Effects of prolonged consumption of pornography on family values”, *Journal of Family Issues*, No. 9(4), decembrie 1988.
- Zillman, D., „Influence of unrestrained access to erotica on adolescents' and young adults' dispositions toward sexuality”, *Journal of Adolescent Health*, No. 27, 2000.
- Zillmann D. and J. Bryant, „Pornography's Impact on Sexual Satisfaction”, *Journal of Applied Social Psychology* 18 (1988): 438-53 (439-440), citând S.E. Gutierrez, D.T. Kenrick, and L. Goldberg (1983, August), *Adverse effect of popular erotica on judgments of one's mate*, Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association, Anaheim, CA.
- Zillmann, D. & Bryant, J., „Shifting preferences in pornography consumption”, *Communication Research*, No. 13 (4), 1986.

Cuprins

<i>Prefață</i>	...5
<i>Introducere</i>	...15
Efectele pornografiei asupra vieții de familie.....	23
Pornografia schimbă dragostea....	23
Consumul de pornografie este similar înșelării soțului sau soției .	25
Expunerea prelungită la pornografie scade dorința de a mai avea copii.	29
Infidelitate crescută.....	30
Traumele suferite de copiii consumatorilor de pornografie.....	32
Pornografia conduce la separație și divorț	35
Dependența de pornografie – dependența de sex... ..	37
1. Dependența	38
2. Escaladarea	41
3. Desensibilizarea.....	42
4. Trecerea la comportamentul sexual concret	43
Efectele pornografiei asupra bărbaților, femeilor, copiilor și adolescenților	47
Pornografia creează handicap sexual.....	47
Femeile sunt primele victime . .	48
Pornografia conduce la degradarea femeilor	51
Copiii și adolescenții	55
Părinții nu știu de implicarea copiilor lor în pornografie. . .	55
Pornografia distruge lumea copilăriei	56
Reacții negative la adresa pornografiei	58
Până și copiii pot deveni dependenți de pornografie	60

Efectele pornografiei asupra comunităților de tineri	62
Copiii traumatizați de pornografie	
devin ei înșiși agresori	.65
Cum își racolează pornografia adepții	.66
Cum modelează pornografia	
comportamentul sexual, precum și viitorul conjugal și	
familial al tinerilor .	.70
Efectul asupra comportamentului sexual . .	.71
Pornografia este adevărata educație sexuală	
pe care o face statul modern noii generații . .	...74
Cheltuieli prea mari și datorii	.75
Siguranța scăzută a locului de muncă	...76
 Pornografia conduce la deviații sexuale, perversiuni și	
delincvență	78
Condiționarea pentru deviere . .	...79
Întipărirea în creier a imaginilor sexuale	.81
Calea spre a-ți crea singur o maladie	
sau o deviație sexuală	.81
Consumatorii de pornografie nu mai pot iubi .	...83
Devierile sexuale indică faptul că sunt comportamente	
dobândite	...85
Colonizarea gândirii și imaginației individului	
prin asocieri pornografice	...87
În percepția consumatorilor de pornografie,	
femeia ajunge să fie privită ca un obiect sexual	...89
Cercetările asupra pornografiei agresive	
(violența porno) .	...91
Efectele „mitului violului” asupra consumatorilor de	
pornografie	...93
 Pornografia face casă bună cu delincvența.	97
 Pornografia constituie un atentat	
la adresa sănătății poporului român . .	102
Bolile cu transmitere sexuală	...102

Boli organice, psihice și neurologice	103
Cum ne afectează pornografia dezvoltarea și funcționarea creierului	108
Creierul reacționează ca și cum tu ai fi cel implicat în actul sexual	109
Forța hipnotică a imaginilor pornografice	111
Ce determină însă consumul de pornografie? ..	114
Pornografia creează o dependență de ordin chimic ..	117
Efectele suprastimulării sexuale și ale masturbării produse de pornografie .	121
Pornografia nu poate fi separată de masturbare ..	124
Epuizarea sexuală și dereglările axei hipotalamus – hipofiză – suprarenale – testicule/ovare ..	125
Epuizarea sexuală distruge celula nervoasă	127
Probleme de memorie, psihoză, depresie, și scăderea imunității	131
Dereglări sexuale, impotență, cancer de sân și cancer de prostată ..	132
Caz tipic de exces de prolactină și cortizol .	134
Inflamația articulațiilor, febră și mahmureală ..	135
Masturbarea: un act sinucigaș!? ..	139
Drogul își cere drepturile	141
Patologia sexului oral	145
Pornografia, un alt mod de sterilizare a populației	150
Pornografia – o altă metodă de spălare a creierului ..	154
Dependența ..	155
Pornografia amestecă plăcerea cu anxietatea ..	157
Pornografia pune stăpânire pe rațiune ..	158
Mai întâi te atrage să participi empatic la batjocoră, viol și tortură, pentru ca pe urmă să te împingă să pui totul în practică ..	160
S-a transformat dintr-un om de treabă într-un violator în serie.	163

Pornografia îi transformă pe oamenii vârstnici în pedofili . . .	164
Pornografia l-a transformat într-un pedofil incestuos .	169
Între instinctul de reproducere și relația de dragoste.	170
Efectul de mahmureală . .	173
Dopamina moderează dorința, determină excitarea și contactul sexual . .	174
Prolactina moderează starea de sațietate sexuală .	179
Relația dintre dopamină și prolactină .	180
Efectul Coolidge sau despre saturația sexuală în raport cu același partener	182
Oxitocina sau hormonul atașamentului și al dăruirii altruiste . .	184
Pornografia și sexul liberal, factori de depresie	193
Sexul oral, anal și masturbarea: factori de boală organică și tulburare mentală .	195
Masturbarea și celelalte perversiuni generează depresie .	198
Perversiunile și debutul bolilor psihice .	198
Terapia dependenței de pornografie .	202
Factorii alimentari	203
Evitarea circumstanțelor favorizante consumului .	205
Lupta cu depresia	206
Exercițiile fizice	210
Sprijinul familiei .	211
Lupta cu fantezmele .	212
Psihoterapia ortodoxă . .	213
Spovedania rupe cercul vicios al vinei, depresiei și deznădejdiei . .	214
Credința puternică, premiză și garanție a însănătoșirii .	215
Războiul cu fantezmele erotice	215
Dragostea este cu totul altceva decât sexul .	218
<i>Bibliografie</i>	221

Pornografia reprezintă, după cum arată autorul, un adevărat mijloc de spălare a creierului sau de direcționare a comportamentului uman pe căi greșite.

Bazându-se pe o amplă documentare, autorul ne descrie în detaliu efectele pe care pornografia le are asupra biologiei omului, asupra psihicului, asupra comportamentului și asupra vieții de familie.

Fiind foarte bine documentată, insistând pe tulburările pe care pornografia le poate produce asupra omului și mai ales asupra copiilor, cartea domnului Virgiliu Gheorghe ar trebui citită de toți părinții, de toți educatorii și de toți cei care vor să-și păstreze sănătatea mintală într-o societate care nu numai că nu ne protejează, ci ne ispitește cu tot felul de lucruri dăunătoare.

Prof. Dr. Restian Adrian,

Membru titular al Academiei de Științe Medicale